அருள் உரை

51

விகடன்
வெளியீடு





ஜகத்குரு ஸ்ரீ காஞ்சி காமகோடி ஸ்ரீ சந்திரசேகரேந்திர சரஸ்வதி

சங்கராச்சாரிய ஸ்வாமிகளின்

அருள் உரை

51

விகடன்
வெளியீடு

முதற்பதிப்பு: அக்டோபர், 1993

பின் அட்டை ஓவியம். சில்பி

விலை ரூ. 3

'தெய்வத்தின் குரல்' (வானதி பதிப்பகம்) மூன்றாம் பகுதியிலிருந்து தொகுக்கப் பட்டது.

ஆனந்த விகடன்,
757, அண்ணா சாலை,
சென்னை-600 002.

ஸமூக, தனிவாழ்க்கை நெறிகள்



யதார்த்தத்துடன் லக்ஷ்யத்தின் இசைவு

நம் தேசத்திலேயுங்கூட புத்தர், அசோகன் முதலானவர்களே வாழ்ந்து, பௌத்தமதம் ரொம்பவும் அனுஷ்டானத்திலிருந்த பீஹாரிலும், உ.பி-யின் சில பகுதிகளிலுந்தான் இன்றைக்கு ரொம்பவும் அதிகமாக 'நான்-வெஜிடேரியன்'கள் இருப்பது. பெங்காலில் (வங்காளத்தில்) வருஷத்தில் ஆறு மாதம் கங்காதி நதிகள் பிரவாஹமாய் உடைப்பெடுத்துக் கொண்டு, காய்கறித் தோட்டங்கள் அழுகிப் போய் விடுமாதலால், ஒரு Compelling necessity-யின் (நிர்ப்பந்தத் தேவையின்) மீது அங்கே ஸகல ஜாதியாரும் பிரவாஹத்தில் யதேஷ்டமாகக் கிடைக்கும் மத்ஸ்யத்தை 'ஜலபுஷ்பம்' என்று சொல்லிக் கொண்டு சாப்பிட்டாலும், மற்ற தினுசான மாமிசங்களை பெங்காலி பிராமணர்களும், அவர்களுடைய ஆசாரத்தைத் தாங்களாக follow பண்ணும் மற்றவர்களும் தொடமாட்டார்கள். பீஹார், அதைச் சுற்றியிருக்கிற பிரதேசங்களில் இப்படியில்லை.

பெங்காலில் பிராமணர்கூட மத்ஸ்யம் சாப்பிடுவதை நான் 'ஜஸ்டிஃபை' பண்ணுகிறேனென்று அர்த்தமில்லை. ஆனால், சிலதை 'ஜஸ்டிஃபை' பண்ண முடியாவிட்டாலும், 'ஏதோ தொலைகிறது' என்று கொஞ்சம் விட்டுக் கொடுக்கலாமல்லவா? இதற்குக்கூட இடமில்லாமல், necessity-யின் Compulsion-ஏ இல்லாமல் சில இடத்தில் அனேகமாக எல்லா ஜாதியாரும் மாமிசம் சாப்பிடுகிறார்களென்றால், அதற்குக் காரணம்

அந்த இடத்தில் பூர்வத்தில் செல்வாக்குப் பெற்றிருந்த பௌத் தத்தில் அஹிம்ஸா நியமத்தை எல்லோருக்கும் பொதுவாக விதி செய்திருந்ததேதான்! எதிலுமே 'எக்ஸ்ட்ரீமு'க்குப் போனால் அப்புறம் நேர்மாறாகத்தான் நடக்க ஆரம்பித்துவிடும்.

இப்போது நடைமுறை ஸாத்யம் எதுவோ அதிலே ஆரம் பித்துக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக முன்னேறி ஐடியலை ஸாத்ய மாகப் பண்ணிக் கொள்வதுதான் நடக்கக் கூடியது; அதுதான் புத்திசாலித்தனம். அப்படித்தான் நம் சாஸ்திரம் வழி பண்ணிக் கொடுக்கிறது.

பதார்த்தம், அதை நமக்கு ஆஹாரமாகப் பண்ணிப் போடு கிறவர்கள், ஆகிய இரண்டும் சாத்விகமாக இருக்க வேண்டும் என்பதே ஐடியல். அதை ஸர்வ ஜனங்களும் gradual-ஆக சாதித்துக் கொள்ள வேண்டும். ஸகலருக்கும் இதிலே இப்படி யொரு ஆர்வமும், ஊக்கமும் பிறப்பதற்காகப் பிராமண ஜாதியார் மட்டும் பிறந்ததிலிருந்தே எப்பொழுதும் இந்த லக்ஷ்ய நிலையை யதார்த்தத்தில் அனுஷ்டித்துக் காட்ட வேண்டும்.

பிராமணனின் ஸ்வதர்மத்தில் அத்யாபனம், அதாவது பிறத்தியாருக்குப் போதனை பண்ணுவது ஒன்றோ இல்லையோ? இப்படி டீச்சிங் பண்ணுவது என்பது இவன் ஸகல வித்யைகளையும் தான் கற்று மற்ற ஜாதியினருக்கும் 'டீச்' பண்ணுவதோடு மட்டும் நின்றுவிடவில்லை; சிரம ஸாத்யமான ஐடியல் நிலையைத் தான் பரமத் தியாகியாகப் பிரத்யக்ஷத்தில் நடத்திக் காட்டி இந்த வாழ்க்கை உதாரணத்திலும், வாயால் சொல்லாமலே மற்றவர்களுக்கு உயர்ந்த லக்ஷியங்களை 'டீச்' பண்ணுவதும்தான் மற்ற 'டீச்சிங்'கை விடவும் முக்கியமானது. சாஸ்திரங்கள் இப்பேர்ப்பட்ட பளுவான ஸமூஹப் பொறுப்பை பிராமணனுக்கே தந்திருக்கிறது என்று புரிந்து கொள்ளாமல், அது அவனுக்குத்தான் ரொம்ப சலுகை, சௌகரியம் எல்லாம் தந்து உசத்தி வைத்திருப்பதாகக் குற்றம் சொல்கிறார்கள்!

பரம பவித்ரமான வேத மந்த்ரங்களை பிராமணன் ரக்ஷித்துத் தர வேண்டியிருக்கிறது என்பதால் அப்படிப்பட்ட

சரீரத்துக்குள் மது, மாம்ஸாதிகள் போகப்படாது என்று விதி பண்ணி வைத்திருக்கிறது!



'சைவ' உணவு

ஆஹார விஷயத்தில் பதார்த்த சுத்தியைப் பார்க்கும் போது ஐடியல் என்பது அஹிம்ஸா போஜனம்; சாக உணவு, மரக்கறி உணவு என்கிற வெஜிடேரியனிஸம். 'புலால் மறுத்தல்' என்று திருக்குறள் முதலானவற்றில் வலியுறுத்தியிருப்பது இதைத்தான்!

'சைவம்' என்று வெஜிடேரியனிஸத்துக்கு ஏன் பேர் என்றால், தமிழ் தேசத்தைப் பொறுத்தவரை பெரும்பாலும் அப்பிராமணர்களாக இருக்கப்பட்டவர்களில் சைவர்களே வெஜிடேரியன்களாக இருந்ததுதான். மாமிஸம் மட்டுந்தான் என்றில்லை; வெஜிடேரியன் ஆஹாரத்திலுங்கூட சித்தசுத்திக்கு உதவாததாக இருப்பதை நல்ல ஆசார சீலர்களான சைவர்கள் சேர்த்துக் கொள்ள மாட்டார்கள். 'முக்காயம் தள்ளியவர்கள்' என்று அவர்களைச் சொல்வதுண்டு, காயம் என்றால் உடம்பு அல்லவா? உடம்பு ஊன்தானே? முக்காயம் என்கிற மூன்றுவித ஊன் என்ன? இல்லை. இங்கே அப்படி அர்த்தமில்லை. ஸ்தூல சரீரம், ஸூக்ஷ்ம சரீரம், காரண சரீரம் என்கிற மூன்றுதான் முக்காயமா என்றால் அப்படியும் அர்த்தமில்லை. முக்காயம் என்று இங்கே சொன்னது வெங்காயம், உள்ளிக்காயம், பெருங் காயம் மூன்றுந்தான். மாமிஸமாயில்லாவிட்டாலும் இதுகளுங் கூட ராஜஸ, தாமஸ குணத்தைக் கொடுப்பவை என்பதால் இவற்றையும் சைவர்கள் தள்ளிவிடுவார்கள். காயம் என்பது ஊனை, மாமிஸத்தைக் குறிப்பதால் இங்கே 'முக்காயம்' என்பது சிலேடையாகவுமிருக்கிறது!

ஒரு வேடிக்கை. தக்ஷிணத்தில் 'சைவம்' என்றால் வெஜிடேரியனிஸம். வடக்கிலோ 'வைஷ்ணவம்' என்றால்தான் வெஜி

டேரியனிஸம். தெற்கேதான் சிவன், அம்பாள் இவர்களை சௌம்யமாக, சாந்த ஸ்வரூபமாக வழிபடுவது. வடக்கே ருத்ரனாக 'கால பைரவ்' என்றும், காளி, துர்கை இப்படியும் தான் ஆராதிக்கிறார்கள். அதுமட்டுமில்லாமல் அங்கே வல்ல பாசார்யார், ராமாநந்தர், சைதன்யர் என்றெல்லாம் செல்வாக் கோடு தோன்றியிருக்கிற பெரியவர்களும், முழுக்க ராமானுஜ ஸித்தாந்தத்தைச் சேர்ந்தவர்கள் என்று சொல்ல முடியாவிட்டா லும், பெரும்பாலும் பிலாஸஃபியில் அதைத் தொட்டுக் கொண்டவர்களாகவே இருப்பதோடு இஷ்ட தெய்வம் என்று வரும்போது விஷ்ணு உபாஸனையைப் பரப்பியவர்களாகவே இருக்கிறார்கள். பரம அஹிம்ஸாவாதிகளான வடக்கத்திக்கார ஜைனர்களும் இந்த மதாசாரியர்களால் தாய் மதத்துக்குத் திரும்பியபோது வைஷ்ணவர்களாகவே ஆகி, அஹிம்ஸா போஜனத்தைத் தொடர்ந்து வந்திருப்பதால் அங்கே வைஷ்ணவ ஆஹாரம் என்பதே 'வெஜிடேரியனிஸம்' என்று ஆகிவிட்டிருக் கிறது.

தெற்கே 'அன்பே சிவம்' என்பது கொள்கை. அதோடு இங்கே ஜைனர்களைப் பெருவாரியாக ஹிந்துமதத்துக்குத் திருப்பினவர் சைவ ஸமயாசாரியரான ஞான ஸம்பந்தமூர்த்தி கள். இங்கே வெஜிடேரியனிஸமே 'சைவம்' என்றிருப்பது நியாயம்தான்!

வடக்கே வல்லபாசாரியார் காலத்தில்தான் ஜைனர்கள் ஹிந்துக்களாக மாஸ் – கன்வெர்ஷன் ஆனது ஜாஸ்தி. (கன்னட தேசத்தில் ராமானுஜாசாரியாரின் செல்வாக்கால் இப்படியே ஜைன ராஜா உள்பட அந்த மதஸ்தர்கள் ஹிந்துக்களாக, வைஷ்ணவர்களாக ஆகியிருக்கிறார்கள்.) வல்லபாசாரியாரின் ஸித்தாந்தத்தைச் சேர்ந்தவர்களுக்குப் 'புஷ்டி மார்க்கிகள்' என்று பெயர். குஜராத்தைச் சுற்றி இப்படி அவருடைய ஸித்தாந்தத்தைத் தழுவிய, அதுவரை ஜைனர்களாயிருந்த, வைசியர்களுக்குப் 'புஷ்டி மார்க்கி பனியா' என்று பெயர். வாணிஜ்யன், வாணியன் என்பதே 'பனியா' என்பது. இவர்கள் குங்குமப் பூவால் நாமம் போட்டுக் கொள்பவர்கள்; துளசிமணி மாலை தவறாமல் போட்டுக் கொண்டிருப்பவர்கள்; காந்தி அவர்களில் ஒருவர்தான். பூர்வ கால ஜைன பாரம்பரியத்தால் தான் அவர் ஒரேயடியாக அஹிம்ஸை, அஹிம்ஸை என்றது!

'தன் உடம்பு கொழுக்க வேண்டும் என்பதற்காக இன்னொரு உயிரின் உடம்பைக் கொலை பண்ணித் தின்கிறவனிடம் அருள் எப்படி உண்டாகும்?' என்று திருவள்ளுவர் 'புலால் மறுத்தல்' அதிகாரத்தில் கேட்கிறார்.

தன்ஊன் பெருக்கத்குத் தான்பிறிது ஊனுண்பான்
எங்ஙனம் ஆளும் அருள்?

இவனிடம் அருள்தன்மை இல்லாவிட்டால் இவனுக்கு மட்டும் எப்படி ஈச்வரன் அருள் பண்ணுவான்? அருள், அன்பு என்று சொல்லிக் கொண்டு மாமிஸ போஜனமும் பண்ணுவ. தென்றால் அது ஒன்றுக்கொன்று பொருந்தாததாகத்தான் தோன்றுகிறது. ஒரே ஓர் ஈச்வரன்தான் அம்மையும் அப்பனு மாக இருக்கிறான். அவனுக்கே நாம் இத்தனை பேரும் (மனுஷ்யர்கள் மட்டுமில்லை. மிருகம், பக்ஷி எல்லாமும்தான்) குழந்தைகள் என்றால், அப்புறம் ஒரு மனுஷ்யன் மிருகம், பக்ஷி இவற்றை ஆஹாரம் பண்ணுவது ப்ராத்ருஹத்திதான். (உடன் பிறப்பைக் கொலை செய்வதுதான்). 'நான்-வெஜிடேரியனி ஸ'த்தை ஆதரித்தால் ஸர்வஜீவ ஸஹோதரத்வம் என்பதற்கு அர்த்தமில்லாமல் போகிறது!



மரக்கறியில் ஹிம்ஸை இல்லையா?

இப்படிச் சொன்னால் உடனே திருப்பிக் கொள்கிறார்கள். 'மிருகம் பக்ஷி மட்டும்தானா? மரம், செடி, கொடி, பயிர் இவையும் ஈசன் குழந்தைகள்தான். அவற்றுக்கும்தான் உயிரும், உணர்ச்சிகளும் இருக்கின்றன. ஜகதீஷ் சந்திரபோஸ் முதலிய வர்கள் சொல்லியிருக்கிறார்களே! அதனால் சாக உணவு என்பதும் ஜீவஹத்திதான்' என்கிறார்கள்.

இதற்கு நான் சமாதானம் சொல்லியாக வேண்டும். ஜே.ஸி. போஸுக்கு எத்தனையோ யுகம் முந்தியே வேதாதி சாஸ்தி

ரங்கள் பயிர், பச்சை, மரம், மட்டை எல்லாம் உயிருள்ளவை என்று சொல்லித்தான் வந்திருக்கின்றன. ஆனாலும் ஈச்வர நியதியில் நல்லது போலவே கெட்டது, ஸௌக்யம் போலவே கஷ்டம், எல்லாமும் சேர்ந்து சேர்ந்துதான் இருக்கிறது. 'இன்ஸ்டிங்க்டிவ் ஆகவும் (உள்ளுணர்ச்சிப் பிரகாரமும்), தேஹத்தின் இயற்கையான தன்மையைப் பொறுத்தும் சிங்கம், புலி முதலான பிராணிகள் ஜீவஹிம்ஸை பண்ணித்தான் ஜீவிக்க வேண்டும் என்ற ஈச்வர நியதியே இருக்கிறது.

மனுஷ்யன் விஷயத்தில் மாத்திரம் இவன் எதையும் ஆலோசித்துத் தெளிந்து முடிவு எடுக்கும்படியாக அறிவு விசேஷத்தை (ஈசன்) கொடுத்திருக்கிறான். அதனால் இந்தப் பிரபஞ்ச நாடகத்தில் இவன் முழுக்கவும் நல்லதுதான் வேண்டும், ஸௌக்யம்தான் வேண்டும் என்று பண்ணிக் கொள்ள முடியாமல் 'நேச்சர்' என்ற பெயரில் ஈச்வரன் கட்டிப் போட்டாலும், இப்படிக் கட்டிப்போட்ட கயிறு நீளுகிற எல்லைக்குள்ளாவது இவன் கூடியமட்டும் கெட்டதைத் தள்ளி நல்லதையும், கூடியமட்டும் கஷ்டத்தைத் தள்ளி ஸௌக்யத் தையும் தேடி அடைய வேண்டியவனாக இருக்கிறான். எதையோ தின்றுதானாக வேண்டும். இல்லாவிட்டால் சாக வேண்டியதுதான் என்ற necessity இவனுக்கு இருக்கிறது – இயற்கை அப்படிக் கட்டி வைத்திருக்கிறது.

எங்கேயோ லக்ஷத்தில் ஒருத்தனாக லோக வாழக்கையைப் பொருட்படுத்தாமலே உதறி விட்டுப் போகிறவனைத் தவிர மற்ற எல்லாரும் இந்த யதார்த்தத்தை அனுசரித்துத்தான் போகணுமே தவிர, 'சாலஞ்ஜ்' பண்ணி முடியாது. 'சரி' எதையோ தின்னத்தான் வேண்டுமென்றால் கூடியவரை கெடுதலை, கஷ்டத்தை உண்டாக்காமல் அமைத்துக் கொள்ளக் கூடிய ஆஹார முறை என்ன? என்று பார்ப்பதே இவன் செய்ய வேண்டியது. இருப்பதில் குறைச்சலான ஹிம்ஸை தருவது பயிர் பச்சைகளையும் காய்கறிகளையும் சாப்பிடுவதுதான்!

பயிர்கள் நன்றாக முற்றிச் சாய்ந்த பிற்பாடுதான், அதாவது தாமே ஜீவனத்தை முடித்துக் கொண்ட பின்தான், தானியம் அடித்து எடுத்துக் கொள்கிறோம். காய்கறிகளைப் பறிப்பதால் செடியையே நாம் கொன்றுவிடவில்லை. கத்தரிக்காய்,

வெண்டைக்காய் போன்றவற்றை நாம் ஒரு கொடி – செடியிலிருந்து எடுப்பதால் அந்தச் செடிக்கு நம் நகத்தைக் கிள்ளினால், அல்லது ரோமத்தைப் பிடுங்கினால் வலிக்கிற அளவுக்குத்தான் வலி உண்டாகும். அதோடுகூட மனுஷ்ய னுக்கும் மிருகங்களுக்கும் pain 'வலியுணர்ச்சி' என்று உண் டாவதைவிடத் தாவர வர்க்கத்துக்கு 'ஸென்ஸிடிவிடி' (உணர்ச்சி நுட்பம்) குறைச்சலானதால் pain-உம் குறைச்சல் தான் என்றே 'ரிஸர்ச்' பண்ணிச் சொல்கிறார்கள்.

அப்படியே ஸமூலம் கீரை மாதிரியானவற்றையும், கிழங்கு வகைகளையும் பிடுங்கி எடுத்து, அதாவது அவற்றை ஹதமே பண்ணிச் சாப்பிடும்போதுகூட, நாம் அவற்றைப் பிடுங்கா விட்டாலும் எப்படியும் அவையே அதற்குப் பிறகு சில நாளில் வாடிவிடப் போகிறவைதான். ஆகவே இந்த அம்சங்களை வைத்துக் கொண்டு நம் necessity-யைக் கருத்தில் கொண்டு பார்த்தால் மற்ற தினுஸு ஆஹாரங்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்க்கையில் சாக போஜனம்தான் comparative – ஆக மினிமம் ஹிம்ஸை உள்ளது என்று தெரிகிறது; அதனால் இதையே மனுஷ்யர்களாகப் பிறந்த நாம் ஏற்க வேண்டியவர்களாயிருக் கிறோம்.

ஸன்னியாசிகளுக்குப் பூர்ண அஹிம்ஸை விதிக்கப்பட்டிருப் பதால் அவர்கள் நிமித்தமாகக் கறிகாயைப் பறித்து எடுக்கிற சின்ன வலிகூட தாவரங்களுக்கு உண்டாகக் கூடாது என்றும், அவர்கள் தாங்களாகவே மரத்திலிருந்து விழுகிற பழங்களை யும் சருகுகளையும்தான் சாப்பிட வேண்டும் என்றும் விதித்திருக் கிறது. 'ஜீர்ண பர்ணாசிந க்வசித்' என்பது இதைத்தான். 'ஜீர்ணபர்ணம்' என்றால் சருகு. 'ஆசிந:' என்றால் ஆஹாரம் செய்கிறவர்கள். தானியங்கள்கூட முளைக்கிறதோ இல்லையோ? அதனால் அவற்றுக்குக் கரு இருப்பதாக அர்த்தம். அதை ஒரு ஸன்னியாஸி சாப்பிட்டால் கர்ப்பச் சேதந்தான், ஜீவஹத்திதான் என்று அதையும் தள்ளச் சொல்லி இங்கே 'ஐடியலை' ரொம்பவும் கடுமையாக வைத்திருக்கிறது.

ஸன்னியாஸி ஒரு சாத்துக்குடியோ, கொய்யாப்பழமோ, விளாம்பழமோ சாப்பிடும்போதுகூட ஸர்வ ஜாக்கிரதையாக ஒரு விதையைக்கூடத் தின்றுவிடாமல் நீக்கிவிட்டுத்தான்

சாப்பிடணும். இப்படி மஹரிஷிகள் சுத்தமான பழ ஆஹாரம் சாப்பிட்டதுதான் நிஜமான 'பலஹாரம்'. 'பலம்' என்றால் 'பழம்.' இப்போது அன்னத்தை மட்டும் நீக்கி, தோசை, இட்லி, ஸேவையில் பல தினுஸு 'தொட்டுக்கொள்ள' சட்டினி, ஸாம்பார், கொத்ஸு, மிளகாய்ப் பொடி என்று பல விதங்கள் என்பதாகச் சாப்பிடுவதைப் 'பலஹாரம்' என்று ஆக்கிக் கொண்டு அவஸ்தைப்படுகிறோம்! நிஜமான பலஹாரம் பண்ணினால் ஸத்வமும் சாந்தமும் உண்டாகும். காமம் (sex என்கிறார்களே அது) ரொம்பவும் கட்டுப்பட்டுவிடும். குடும் பக்கட்டுப்பாடு என்று தனியாக ஒன்று பண்ண வேண்டிய அவசியமேயிராது!

'தாவரத்தை மட்டும் ஹிம்ஸிக்கலாமா?' என்பதற்கு இன்னொரு ஜஸ்டிஃபிகேஷன் இதில்தானிருக்கிறது. ஒரு பிராணியைக் கொலைபண்ணி விடுவதுபோல ஆஹாரத்துக் காகத் தாவர வர்க்கத்தை நாம் அனேகமாகக் கொலை பண்ணு வதில்லை என்றும், அப்படியே அவற்றை ஹிம்சிக்க நேர்ந் தாலும், அப்போதுகூட பிராணிகளுக்கு உள்ள அளவுக்கு வலியுணர்ச்சி அவற்றுக்கு ஏற்படுவதில்லை என்றும் சொன்ன ஸமாதானம் 'நாம் அவற்றை எப்படி affect பண்ணுகிறோம். (பாதிக்கிறோம்)?' என்பதை வைத்துச் சொன்னது. இப்போது மாம்ஸ போஜனமும் சாக போஜனமும் நம்மை எப்படி affect பண்ணுகின்றன என்பதை வைத்தும் ஸமாதானம் சொல் கிறேன். நமக்குச் சித்தசுத்தியும், ஸத்வ குணமும் உண்டாவதற்கு மாம்ஸ போஜனம் உதவுவதில்லை. சரீரம் வேண்டுமானால் ஸ்ட்ராங்காக ஆகலாமே ஒழிய, தியானாதி அப்யாஸங்களுக்கு நான்-வெஜிடேரியன் ஆஹாரம் அனுகூலம் செய்வதில்லை. அதோடு 'கம்பேர்' பண்ணினால் சாக போஜனம்தான் ஆத்மாபிவிருத்திக்கு அனுகூலமாயிருப்பது. சாக போஜனத் திலும் ஆத்மாபிவிருத்தியை முன்னிட்டுத் தள்ளவேண்டிய பல பதார்த்தங்கள் இருந்த போதிலும் மாம்ஸத்தைவிட இதுதான் மேலானதாக இருக்கிறது.

மனஸுக்கு ஸம்மதமாயிருக்கிறதா என்றுதான் யோசித்துப் பார்க்கலாமே! ஒரு ஆட்டையோ மாட்டையோ அது கதறக் கதற வெட்டுகிற மாதிரிதான் கீரையைப் பிடுங்கி நறுக்குவது நம் மனஸுக்குத் தோன்றுகிறதா? இந்த 'ஸைகாலஜிகல்

ஃபாக்ட்'ருக்கு ஒரு முக்கியத்வம் உண்டு. மாம்ஸத்திலேயே ஒரு பிராணியின் ஊனைத் தின்னலாம், இன்னொரு பிராணியின் ஊனைத் தின்றால் நிஷித்தம் என்று வைப்பதற்கு (ஸைகலாஜிகல் தவிர) வேறே காரணம் இல்லை. 'அய்யய்யே பன்றி மாம்ஸமா?' என்று ஹிந்துக்களில் மாம்ஸ போஜனிகள் முகத்தைச் சுளிப்பார்கள். ஆனால் அன்னிய தேசங்களில் அதையும் தின்னுகிறார்கள். இப்படியே 'நண்டையும் நத்தை யையும் கூடச் சீனாக்காரன் தின்னுகிறானே' என்று நம்மூர் நான்-வெஜிடேரியன்களே அருவருப்புடன் சொல்கிறார்கள். அப்புறம் மாம்ஸம் தின்பதிலேயே 'gradation' வேறு! 'ஸைபருக் குச் சொல்கிறதுதான்★ சாப்பிடுவோம், மத்ஸ்யம் மட்டும் தான் சாப்பிடுவோம், மற்றபடி அசைவ வஸ்து எங்களிடம் வரக்கூடாது' என்பவர்கள் உண்டு.

எதெதையோ பிடித்துத் தின்றாலும் எதனாலோ குதிரை மாம்ஸம் தின்றால் மட்டம் என்று வைத்துக் கொண்டிருக் கிறார்கள். 'வார்' (உலக யுத்தம்) நடந்தபோது எல்லாவற் றுக்கும் 'ஸ்கார்ஸிடி' உண்டான ஸமயத்தில் ஜெர்மனி தேசத் துக்காரர்கள் குதிரை மாம்சம் சாப்பிட ஆரம்பித்தார்கள். இதற்காக அவர்களை மாம்ஸ போஜனிகளேயான மற்ற எல்லா மேல்நாட்டுக்காரர்களும் மட்டம் தட்டிப் பரிஹாஸம் செய் தார்கள்.

இதே ரீதியில் சைவ உணவுக்காரர்கள் பொதுவாக அத்தனை அசைவ உணவுக்காரர்களையும் கேள்வி கேட்டு மடக்கலாம் என்று தோன்றுகிறது. நம் ஊர்க்காரர்களான அசைவர்கள் 'பருப்புத் தின்னிப் பார்ப்பான்' என்று ஸ்வாதீன மாகக் கேலி செய்கிறபோது, சைவமாகச் சாப்பிடுபவர்கள் என்னதான் பருப்பும், கிருப்பும் சாப்பிட்டாலும் ஏதோ பார்த் தால் வேண்டுமானால் 'கஷுக், முஷுக்' என்று தொந்தியும் தொப்பையுமாக ஆக முடியுமே தவிர, இது ஊளைச் சதை தானேயொழிய நல்ல கட்டுமஸ்தாகத் தேஹ பலம் பெற்ற தாகாது என்ற அர்த்தத்தில் சொல்கிறார்கள். வெளி தேசத்துக் காரர்களோ இப்படி ஸ்வாதீனத்தின் மேல் இல்லாமல் இளக் காரமாகவே நம்மில் அங்கே போகிறவர்களிடம், 'நீங்கள்

★ முட்டை.

என்ன காய்கறிகளையே தின்று கொண்டிருக்கிறீர்கள்! உங்கள் தேசத்தில் எவ்வளவு மாம்ஸம் கிடைக்கும்? அத்தனையையும் 'வேஸ்ட்' பண்ணிவிட்டு, நீங்களும் நோஞ்சான் பட்டாளங்களாக ஆகியிருக்கிறீர்களே! என்று மட்டந்தட்டிக் கேட்கிறார்கள்.

மற்றவர்களைவிட ஹிந்துக்களிலேயே அதிகம் வெஜிடேரியன்கள் இருப்பதால்தான் இவர்கள் வலுவிழந்து துருக்கர்கள், வெள்ளைக்காரர்கள் ஆகியவர்களிடம் தேசத்தைப் பறிகொடுத்தார்கள் என்று சொல்பவர்கள்கூட உண்டு. இந்த விஷயத்துக்குப் அப்புறம் வருகிறேன். இப்போது மாம்ஸம் சாப்பிடாததற்காக நம்மைப் பரிஹாஸம் செய்கிற நான்-வெஜிடேரியன்களிடம் நாம் எப்படித் திருப்பிக் கொள்ளலாம் என்று சொல்லிக்கொடுக்கிறேன். 'மாம்ஸம் சாப்பிடுகிற நீங்களே சில மாம்ஸ தினுஸுகளைச் சாப்பிடுகிறவர்களைப் பரிஹாஸமும் செய்கிறீர்கள். அது மட்டுமில்லை. மாம்ஸத்திலேயே உசத்தி – தாழ்த்தி ஆகிய இத்தனை வகைகளைச் சாப்பிடுகிறவர்களும் ஒரு முகமாகச் சேர்ந்து கொண்டு, இப்போதும் இந்த உலகத்தில் எங்கேயோ வனாந்தரங்களில் இருக்கிற ஆதிவாஸிகளில் சில பேர் நரமாம்ஸம் தின்னுகிறார்களே, அவர்களை ரொம்ப ரொம்ப மட்டமாக நினைத்து 'நரமாம்ஸ பக்ஷிணி' (Cannibal) என்று தூற்றுகிறீர்கள். நரமாம்ஸத்தை விட்டு மற்ற மாம்ஸங்களைச் சாப்பிடுகிற நீங்கள் அந்தக் 'கானிபாலை'விட ரொம்பவும் உயர்ந்தவர்கள் என்று பெருமை கொண்டாடிக் கொண்டால், எந்தப் பிராணியின் மாம்ஸத்தையும் சாப்பிடாத நாங்கள் உங்களையும்விட உசந்தவர்கள்தானே?

நீங்கள் எப்படி ஒரு பக்கம் நரமாம்ஸ போஜனத்தையும் கேலி பண்ணிக் கொண்டு இன்னொரு பக்கம் எங்களுடைய சாக போஜனத்தையும் மட்டந்தட்டுவது பொருத்தம்?' என்று அவர்களைக் கேட்க வேண்டும். 'இந்தியர்கள் எல்லோரும் மட்டும் மாம்ஸம் சாப்பிட ஆரம்பித்தால், அங்கே உணவுப் பிரச்னையே வராது என்கிறீர்கள்; உங்கள் தேசங்களிலுந்தானே 'ஸ்கார்ஸிடி' சில ஸமயங்களில் வருகிறது? அதனால், உங்களுக்குத்தான் எதையும் கெட்டுப் போகாமல் பாடம் பண்ணி வைக்க முடிகிறதே, செத்த மனிதர்களையும், உபயோகமில்லாத கிழங்களையும் ஸரிப்படுத்திப் பக்குவம் பண்ணி...?'

என்று சொன்னாலென்ன என்று கூடத்தோன்றுகிறது (சிரிக்கிறார்).

இன்னொன்று, பழம் அழுகுகிறது; காய்கறிகள் கெட்டுப் போகின்றன என்றால் இவை துர்நாற்றமடிக்கத்தான் செய்யும். கழிவுநீரைக் கொட்டினால் அதுவும் துர்க்கந்தம் அடிக்கத்தான் செய்கிறது. ஆனாலும் இந்த நாற்றமெல்லாம் ஒன்றுமே இல்லை என்கிற மாதிரி அல்லவா அன்னிய பதார்த்தங்களைச் சமைக்கிறபோது வயிற்றைப் புரட்டி எடுக்கிறது? அதுகள் அழுகிக் கிழுகிக் கெட்டுப் போனாலோ குடலையே பிடுங்கி யெடுக்கிற மாதிரி காத தூரத்துக்குத் துர்வாடை! (இங்கே இன்னொன்றும் சொல்லணும். முட்டைக்கோஸ், பீட்ரூட் மாதிரியான இங்கிலீஷ் வெஜிடேபிள்கள் கூடாது என்பதற்கும் இதிலேயே காரணம் தெரிகிறது. அந்தக் காய்கறிகளை வேக வைக்கிறபோதும், அந்தக் கழிவு நீரைக் கொட்டிய இடத்திலும் அன்னிய பதார்த்தம் போலவே வாடை வருவதைப் பார்க்கலாம்.)



மரக்கறி உணவின் சிறப்புகள்

மனுஷ்யனின் மூக்குக்கு ஒத்துக் கொள்ளாததுதான் மட்டுந்தானென்றில்லை. அவனுடைய வயிற்றுக்கு, ஜீர்ணக் கருவிகளுக்கு (Digestive organs)க்கூட மாம்ஸ போஜனம் ஒத்துக் கொள்ளாததுதான் என்று இப்போது (1957, நவம்பரில் சென்னையில்) நடந்த World Vegetarian Congress-ல் பேசிய பலர் எடுத்துக்காட்டியிருக்கிறார்கள். 'கான்ஸ்டிட்யூஷனை' - தேஹ வாகை வைத்து, மாம்ஸத்தைத் தின்றால்தான் ஜீவிக்க முடியும் என்றிருக்கிற புலி, சிங்கம் மாதிரியான மிருகங்களின் இரைப்பை, குடல் முதலிய உறுப்புக்களோடு மனுஷ்யனின் ஜீர்ண இந்திரியங்களை ஒப்பிட்டு, மனுஷ்ய தேஹவாகு, மாம்ஸ போஜனத்துக்கு ஏற்பட்டதே இல்லை என்று இவர்கள் நிறையக் காரணம் காட்டியிருக்கிறார்கள்.

கான்ஸ்டிட்யூஷனலாக மாம்ஸம் சாப்பிடக் கூடாத மிருகங்களும் உண்டு. அவற்றுக்கு நமக்குள்ள 'புத்திசாலித்தனம்' இல்லாததால் அவை மாம்ஸத்தின் கிட்டேயே போவதில்லை. ஆடும், மாடும், மானும், குதிரையும், யானையும் தப்பித் தவறி யாவது மாம்ஸம் தின்னுமா? ஆனால் மிருகங்களுக்கு இல்லாத, ஆறாவது அறிவும் இருக்கிற மனுஷ்யன் எதை விலக்கிக் கொள்ள வேண்டும் என்று வியவஸ்தையைப் புரிந்து கொள்ளாமல் மாம்ஸமானாலும் ஸரி, மற்ற ஆஹாரமானாலும் ஸரி, இரண்டையும் தின்னுவது என்று வைத்துக் கொண்டிருக்கிறான். மிருகங்களில் பூர்ணமாக மாம்ஸத்தைத் தள்ளியவையாகச் சிலது இருப்பது போலவே, மாம்ஸத்தைத் தவிர வேறே எதுவும் தின்னாதவையாகச் சிலது இருக்கின்றன. நாய், பூனை, காக்காய், குருவி, மாதிரிச் சிலதான் இரண்டு தினுஸையும் தின்பவை. மனுஷ்யன் இவற்றின் லெவலில்தான் இருப்பதா?

இதிலே பகவானும் கொஞ்சம் வேடிக்கை பார்க்கத்தான் செய்கிறான். 'மனுஷ்யக் குடலுக்கு மாம்ஸம் எடுத்ததில்லை' என்று இப்போது வெஜிடேரியன் ஸயன்ஸ் நிபுணர்கள் சொன்னாலும், மாம்ஸம் இவனுக்கு அடியோடு ஜெரிக்காமலே இருக்கும்படி பகவான் பண்ணவில்லையே! அப்படியிருந்தால் மாம்ஸ போஜனம் பண்ணவே மாட்டானல்லவா? இப்போது கல்லைத் தின்கிறானா? இரும்பைத் தின்கிறானா? இப்படியே மாம்ஸத்தையும் தள்ளியிருப்பானல்லவா? இவனுக்குச் கொஞ்சம் சிரமப்பட்டாவது ஜெரிக்கும்படியாகவும் பண்ணி, அதே ஸமயத்தில் அஹிம்ஸா ரீதியிலும், தன்னுடைய ஸத்வகுண அபிவிருத்தியையும் உத்தேசித்து எந்த ஆஹாரம் நல்லது என்று ஆராய்கிற அறிவையும் கொடுத்து, ஒன்றோடொன்று மோதவிட்டு வேடிக்கை பார்க்கிறான். இதிலே நாக்குதான் ஜயித்தது, புத்தி தோற்றது என்று மனுஷ்யன் பண்ணிக் கொண்டால் இவனை விட அசடு இல்லை!

மாம்ஸம் தின்றால்தான் பலம் என்கிற 'பாயிண்ட்'டுக்கு வருகிறேன். இப்போது ரொம்பவும் பலத்தைக் குறிப்பிட வேண்டுமானால் என்ன சொல்கிறோம்? 'சிங்க பலம்', 'புலி பலம்' என்றா சொல்கிறோம்? இல்லை. 'யானை பலம்' என்று தான் சொல்கிறோம். மற்ற பிராணிகளுக்கு இல்லாத பலம் யானைக்கே இருக்கிறது. இந்தச் சக்தி மாம்ஸம் சாப்பிட்டா

அதற்கு வந்திருக்கிறது? யானை அப்படிப்பட்ட பதார்த்தத் தைத் திரும்பிக்கூடப் பார்க்காதே! சுஷ்கைஸ் த்ருணைர் வநகஜா பலிநோ பவந்தி என்று - பர்த்ருஹரி வசனம் இருக் கிறது. 'சுஷ்கம்' என்றால் ஈரம் வற்றிப்போனது. இஞ்சிக்கு ஈரம் போய் 'சுஷ்க' மானதைத்தான் 'சுக்கு' என்கிறோம். 'சுஷ்கம்' தமிழில் 'சுக்கம்' ஆகும். நெஞ்சில் ஈரம் இல்லாமல் பணத்தைக் கெட்டியாய் வைத்துக் கொள்பவனை 'ஆசாமி ரொம்ப சுஷ்கம்' என்கிறோம். இங்கே 'சுஷ்கை: த்ருணை; என்றது காய்ந்த புல்லை. புல்லையும் தேங்காய் மட்டையை யும் தின்றுவிட்டே யானை ஸகல மிருகங்களையும்விட பலமுள்ளதாயிருப்பதை இங்கே சொல்லியிருக்கிறது.

இதிலே விசேஷம், இத்தனை பலம் இருந்தும் அது புலி, சிங்கம் மாதிரிப் பாய்ந்து ஹிம்ஸை பண்ணாமல் சாந்தமாயி ருக்கிறது. அதற்குத் தேஹ பலத்தோடு புத்தி பலம், ஞாபக சக்தி எல்லாமும் நிறைய இருக்கிறது. மனுஷ்யனுக்கு அடங்கி ஒத்துழைக்கிற பவ்ய குணமும் இருக்கிறது. மலையாளம், பர்மா முதலான இடங்களில் பெரிய பெரிய மரங்களைத் தூக்கிக் கொண்டுபோய் வேலை செய்வதெல்லாம் யானை தான். ஆனதால் வெஜிடேரியன் ஆஹாரத்தினாலேயே நல்ல பலமும், அதுமட்டுமின்றி புத்தி, பணிவு, ஸஹாய குணம் முதலான ஸத்வ அம்சங்களும் பெறலாமென்று தெரிகிறது.

> ஸர்ப்பா: பிபந்தி பவநம் ந ச துர்பலாஸ்தே
> சுஷ்கைஸ்-த்ருணைர் வநகஜா பலிநோ பவந்தி ।
> கந்தை; பலைர் முநிவரா: க்ஷபயந்தி காலம்
> ஸந்தோஷ ஏவ புருஷஸ்ய பரம் நிதாநம் ॥

'வெறும் காற்றையே உட்கொள்கிற பாம்பு, அதனால் துர்ப்பலமாக இல்லை. வற்றின புல்லைத் தின்கிற காட்டு யானை மிகவும் பலமுள்ளதாயிருக்கிறது. கிழங்கையும் பழத்தையுமே சாப்பிட்ட முனிவர்கள் மரணத்தை ஜயித்து சிரஞ்ஜீவிகளாயிருக்கிறார்கள். ஆகையால் மனஸின் நிறைந்த திருப்திதான் ஒரு ஜீவனுடைய ஆயுராரோக்யாதி களுக்கு மூலதனம்; சாப்பாடு இல்லை, 'சாப்பாடு இல்லை' என்று அர்த்தம் சாப்பாடு இல்லை என்று ச்லோகத்தில் நேராகச் சொல்லாமல் தொக்கி நிற்கிறது.

எனக்கு அப்போது இளவயஸு. ப்ரொஃபஸர் ராமமூர்த்தி என்று ஒருத்தர் இருந்தார். ராமமூர்த்தி ஸாண்டோ என்றே சொல்வார்கள். தெலுங்கர். ஸர்க்கஸ் கம்பெனி நடத்தி வந்தார். நடத்தினது மட்டுமில்லை, அவரே ஸாண்டோவானதால் ஆச்சரியமான feats பண்ணிக் காட்டுவார். ஒன்று சொல்கிறேன்; தன் இடுப்பைச் சுற்றிப் பக்கத்துக்கு ஒன்றாக ஒரு Ford காரைக் கயிற்றால் கட்டிக்கொண்டு, இரண்டின் என்ஜினையும் ஸ்டார்ட் பண்ணிவிடுவார். அப்படியே இரண்டுமாக இவரை நசுக்கித் தொகையல் (துவையல்) பண்ணிவிடுமோ என்று ஜனங்கள் பிரமித்துப் பார்ப்பார்களாம். மனுஷ்யரானால் கொஞ்சங்கூட அலட்டிக் கொள்ளாமல், அந்த இரண்டு காரையும் இரண்டு உள்ளங்கையாலேயே மறித்துக் கொண்டு அவை ஓட முடியாதபடி நிறுத்தி வைத்திருப்பாராம்.

அவருடைய கம்பெனி கும்பகோணத்தில் 'காம்ப்' பண்ணியிருந்தபோது நான் வந்து ஸர்க்கஸ் பார்க்க வேண்டுமென்று ரொம்பவும் கேட்டுக் கொண்டார். மடத்தில் அப்படி ஸம்பிரதாயமில்லையென்று சொன்னதும், மடத்துக்குப் பின்னாடி விஸ்தாரமாகப் பூமி உண்டு. அங்கே தன் கோஷ்டியில் சில பேரோடு வந்து சில 'ஸர்க்க்ஸ் அயிட்டங்'களைப் பண்ணிக் காட்டினார். இப்படியும் ஒரு தேஹ பலமுண்டா என்று ஆச்சரியமாயிருந்தது. அவர் கதை எதற்குச் சொல்கிறேனென்றால் இப்படிப்பட்ட பலிஷ்டர் சுத்த வெஜிடேரியனாக இருந்தவர் என்பதற்காகத்தான்! மஹா பலிஷ்டரான ஆஞ்சநேயரே சாகபோஜனியான வானரம்தானே!

ஏதோ டி.பி. மாதிரிச் சில உடம்பு (வியாதி)களுக்கு மாம்ஸாதிகளை டாக்டர்கள் பிரிஸ்க்ரைப் பண்ணினாலும் வயிற்று வியாதிகள், ப்ரஷர் (ரத்த அழுத்தம்), ஹ்ருதய ரோகங்கள் என்றெல்லாம் ஏற்பட்டால் மாம்ஸத்தில் fat ஜாஸ்தி, அது கூடாது என்று நிறுத்தித்தான் விடுகிறார்கள். நான்-வெஜிடேரியன்களுக்கு எந்த உடம்பு வந்தாலுமே சீக்கிரத்தில் குணமாவதில்லை என்றுகூடச் சொல்வதுண்டு.

சாக போஜனத்துக்குப் பலம் இல்லாமலில்லை என்பதற்கு இன்னொன்றும் சொல்கிறேன். சிங்கம், புலி மாதிரி ரொம்பவும் பலமுள்ள எந்த 'கார்னிவோரஸ் அனிமலை' (மாம்ஸம் சாப்பிடுகிற மிருகத்தை) எடுத்துக் கொண்டாலும் அது ஆஹாரமாகச் சாப்பிடுகிற பிராணி எப்படியிருக்கிறது என்று பாருங்கள். இது (சாப்பிடப்படும் பிராணி) சாக பக்ஷிணியாகத் தானிருக்கும். மாம்ஸ பக்ஷிணிகளான சிங்கமும் புலியும் சாக பக்ஷிணிகளான ஆடு, மாடு போன்றவற்றைத்தான் தின்னும்; இன்னொரு மாம்ஸ பக்ஷிணியைத் தின்னாது. சிங்கமும் புலியும் ஒன்றையொன்று அடித்துக் கொண்டு சாகலாம்; ஆனாலும் இவற்றில் ஒன்றின் மாம்ஸத்தை இன்னொன்று தின்னாது. இதிலிருந்து மாம்ஸ பக்ஷிணிகளின் பலத்துக்கும் (அவை தின்கிற சாக பக்ஷிணிகளின் த்வாரா) காரணமாயிருப்பது புல்லும், தான்யமும், மட்டையுந்தான் என்று தெரிகிறதல்லவா?

வெஜிடேரியனிஸத்துக்கு ஆதரவாக இத்தனை சொன்னாலும், லோக ரீதியில் நாக்கு ருசி, தேஹபுஷ்டி என்று எதையோ நினைத்து நீண்டகாலமாக நான்-வெஜிடேரியனிஸமும் இருந்துதான் வந்திருக்கிறது. ஆதியில் இதையெல்லாம்விடப் பெரிய காரணம் ஒன்று இருந்ததாகப் படிப்பாளிகள் சொல்கிறார்கள். 'அப்போதெல்லாம் ஓரிடத்தில் நிலையாக இல்லாமல் ஜன ஸமூஹங்கள் கூட்டங் கூட்டமாக இடத்தை விட்டு இடம் மாறிக் கொண்டேயிருந்தார்கள். ஆறு மாஸம், ஒரு வருஷம் என்று ஒரே இடத்தில் இருந்தால் தானே சாகுபடி செய்து, அறுவடை பண்ணிச் சாப்பிட முடியும்? அந்தக் காலத்தில் 'அக்ரிகல்ச்சரே' (வ்யவஸாயமே) தெரியவும் தெரியாது. அதனால் வில்லையும் அம்பையும் வைத்துக் கொண்டு வேட்டையாடி மாம்ஸ போஜனம் செய்ய வேண்டியதாகவே இருந்தது.

பாரம்பரியமாக அது மனுஷ்யனின் இயற்கையில் ஊறிப் போய்த்தான் பிற்காலத்தில் ஓரிடத்தில் 'ஸெட்டில்' ஆகி, 'அக்ரிகல்ச்சர்' தெரிய ஆரம்பித்த பின்பும், கூடவே மாம்ஸ போஜனமும் தங்கிவிட்டது என்கிறார்கள். இது ஸரியோ, தப்போ, அவ்வளவு எனக்கு ஆராய்ச்சி தெரியாது. ஆனாலும் லோகம் பூராவும் மாம்ஸ போஜனம் விடாமல் இருந்துதான்

வருகிறது. இதைத்தான் ஒப்புக் கொண்டு, மனஸுக்குப் பிடித்தாலும் பிடிக்காவிட்டாலும் யதார்த்த நிலைமையென்றிருக்கிறதே அதை ஒப்புக் கொண்டு அதிலிருந்துதான் லக்ஷ்யமான ஆதர்ச நிலைமைக்குப் போக வேண்டுமென்று நம் சாஸ்த்ரக்காரர்கள் வர்ணாச்ரம விபாகத்திலே இன்னின்னார் மாம்ஸ போஜனம் பண்ணலாம், இன்னின்னார் பண்ணக் கூடாது என்று வைத்தார்கள். சிலர் பண்ணலாம் என்று வைத்ததால் அப்படியேதான் அவர்கள் சாச்வதமாக பண்ணிக் கொண்டிருக்க வேண்டும் என்று முடிவு செய்துவிட்டதாக அர்த்தமில்லை. இவர்களும் போகப்போக, வயஸு ஏற ஏற இதை விட்டுவிட்டு ஸாத்விகமான சைவ ஆஹாரத்தை மேற்கொள்ள வேண்டுமென்பதற்கு வழி வகுத்திருக்கிறார்கள்!



பூர்வ வழக்கும் கலிகால நடப்பும்

‘**ஆ**தியில் பிராமணர்கள் நான் - வெஜிடேரியன்களாகத் தான் இருந்தார்கள்; ரிஷிகள் அன்னிய பதார்த்தம் சாப்பிட்டிருக்கிறார்கள்’ என்றெல்லாம் சொல்லக் கேட்கிறோம். இப்படிச் சொல்கிறவர்கள் சாஸ்திரங்களைப் பார்த்து அன்னிய பதார்த்தம் என்று எந்தெந்தப் பெயர்களைச் சொல்கிறார்களோ அதெல்லாமே அனேகக் காய்கறிகள், மூலிகைகள், தான்யங்கள் ஆகியவற்றின் பெயர்தான் என்று நம்மில் சாஸ்திராபிமானமுள்ள ஆசார சீலர்கள் காட்டுகிறார்கள். ‘கல்யாண்,’ ‘கல்யாண் கல்பதரு’ என்று கோரக்பூரிலிருந்து பத்திரிகை போடுகிறவர்கள் இருக்கிறார்கள். அவர்கள் இந்த விஷயமாக நிறைய எழுதி, எந்தக் காலத்திலும் எவருக்கும் நம் சாஸ்திரங்கள் மாம்ஸ போஜனத்தை அங்கீகரிக்கவேயில்லையென்று வாதம் பண்ணி வருகிறார்கள். அச்வமேதத்தில் ஒரு குதிரையை அங்க அங்கமாக ஆஹுதி பண்ணுவதாக நாம் நினைப்பதுகூட வாஸ்தவத்தில் அந்தந்தப் பெயருள்ள மூலிகைகளின் இன்னின்ன பாகத்தைப் போடுவதுதான் என்று எழுதியிருக்கிறார்கள்.

அப்படியே ஆதியில் ஸர்வ ஜனங்களும் நான்-வெஜிடே ரியன்களாக இருந்ததாக வைத்துக் கொண்டாலும்கூட, சாஸ்தி ரத்திலேயே பூர்வயுகங்களிலிருந்த சில வழக்கங்கள், மனுஷ்யர் கள் அல்பசக்தர்களாகிவிட்ட இந்தக் கலிக்கு வர்ஜம் (தள்ளுபடி) என்று வைத்து, கலியில் வர்ணத்தில் பிராமணர்கள் சாக போஜ னம்தான் பண்ண வேண்டும்; ஆச்ரமத்தில் ஸன்னியாஸிகள் சாப்பாட்டிலே மாத்திரம் இல்லாமல் ஸகல விஷயங்களிலும் பூர்ண அஹிம்ஸை அனுஷ்டிக்க வேண்டுமென்று வைத்திருப்ப தைத்தான் நாம் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

உபநிஷத் பாஷ்யத்தில் ஓரிடத்தில் ஆசார்யாள் சொல்லி யிருக்கிறதிலிருந்து பூர்வ யுக புருஷர்களுக்கும் நமக்கும் சக்தியிலே ரொம்ப வித்யாஸமுண்டு என்று தெரிகிறது. பிருஹதாரண்யக (உபநிஷ)த்திலே, 'அஹம் ப்ரஹ்மாஸ்மி – நானே பிரம்மம்தான் – என்று தேவர்களில் பலபேர் கண்டு கொண்டு அப்படியே ஆனார்கள். ரிஷிகளிலேயும் அப்படி ஆனவர்கள் உண்டு. உதாரணமாக வாமதேவர், 'நானே மனுவாயிருந்தவன்; நானே ஸூர்யனாயிருந்தவன்' என்று சொன்னதெல்லாம் இப்படிப்பட்ட ப்ரம்மானுபவத் திலேதான். ஆதிகாலத்திலிருந்த அந்தத் தேவர்களும், ரிஷி களும் மட்டுந்தானென்றில்லை; இப்போதும் இந்தக் காலத் தில் நம்மிலிருக்கிற மனுஷ்யர்களில்கூட 'அஹம் ப்ரஹ் மாஸ்மி' என்று ஒருவன் அறிந்து கொள்ள முடியும். இப்ப டிப்பட்டவனும் அவர்களைப் போலவே ஸர்வமும் ஆகி றான். இவனுடைய மஹிமையை குறைக்கத் தேவர்களா லும் முடியாது' என்ற அர்த்தத்தில் மந்திரங்கள் வருகின்றன*.

'இப்போதும்' என்று உபநிஷத் நாளில் சொன்னது ஆசார் யாள் இருந்த காலத்துக்கும், அதற்கு அப்புறம் வரப்போகிற எந்தக் காலத்துக்கும் பொருந்துவதாக ஆசார்யாள் தம்முடைய பாஷ்யத்தில் காட்டி, எனவே வீர்யம் குறைந்த தற்கால ஜனங்க ளுக்குக்கூட ப்ரம்ம ஞானமும், அதனால் பெறுகிற மஹிமையும் ஸாத்தியந்தானென்று சொல்கிறார். அப்படிச் சொல்லும் போது, 'நம் யுகத்தில் உள்ள மனுஷ்யர்கள் வீர்யத்தில் ரொம்ப வும் குறைந்தவர்களானதால் இவர்கள் ப்ரம்ம வித்தியோபாஸ

---

* ப்ருஹதாரண்யகோபநிஷத் 1.4.10

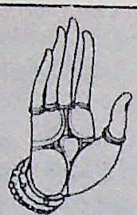
னையால் ஸர்வ பாவ ஸித்தி பெறுவதென்பது ஸாத்யமில்லை
யென்று நினைத்துவிடப் போகிறார்களேயென்றுதான் இந்த
மந்திரம் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. ப்ரம்ம ஞானத்தைப் பற்றிய
வரையில் மஹாவீர்யவான்களான வாமதேவாதிகளுக்கும் ஹீன
வீர்யர்களான இக்கால ஜனங்களுக்குமிடையில் வித்யாஸமே
இல்லை' என்கிறார். இப்படியாக, ஆத்ம ஸாக்ஷாத்காரம்
பெறுவதில் வித்யாஸமில்லையென்று அவர் சொல்லும்போதே
பூர்வ யுகத்துக்காரர்களை 'மஹாவீர்யர்கள்' என்றும், தன்
காலத்தவர்களை 'அல்ப வீர்யர்', 'ஹீன வீர்யர்' என்றும் சொல்
வதால், மற்ற சக்தி ஸாமர்த்தியங்களில் இப்போதிருப்பவர்கள்
முன் காலத்தவரைவிடக் குறைந்தவர்கள்தான் என்பதை
ஆதரித்திருப்பதும் தெரிகிறது. அதனால்தான் அந்த யுகத்துக்
காரர்களுக்கு உண்டான சில பழக்கங்களை நாம் அனுஷ்டிக்கக்
கூடாது என்பது. ஆரோக்கியசாலி ஒருத்தன் விருந்து சாப்பிடு
கிறான் என்பதால் வியாதியஸ்தனும் சாப்பிட்டால் ஜீர்ண
மாகுமா?

பூர்வத்தில் ரிஷிகள் மாம்ஸ போஜனம் பண்ணினதாகவே
வைத்துக் கொண்டாலும் (நான் வெறும் assumption-க்குத்தான்
இப்படிச் சொல்கிறேன்) அவர்களுக்கு மாம்ஸத்தால்கூட
ராஜஸ, தாமஸ மனோவிகாரம் ஏற்பட முடியாதபடி அதை
ஜீர்ணம் பண்ணிக் கொள்ளும் சக்தியும் (வயிற்றிலே ஜீர்ணம்
பண்ணிக் கொள்வது மட்டுமில்லை; மனஸிலேயும் ஜெரித்துக்
கொள்கிற சக்தி) இருந்தது; அப்படிப்பட்ட சக்தி இல்லாத நாம்
அந்த மாதிரிப் பண்ணக் கூடாது என்று புரிந்து கொள்ள
வேண்டும். அந்த யுகத்தில் ஆயிரம் வருஷம், பதினாயிரம்
வருஷம் இருந்தார்கள்; லோகாந்தரங்களுக்கு சரீரத்தோடேயே
போய்விட்டு வந்தார்கள்; மனோ சக்தியாலேயே என்னவோ
ஆச்சாரியங்கள் பண்ணினார்கள் என்று படிக்கிறோமே!
அதெல்லாம் செய்ய நமக்கும் சக்தி இருந்தால், அவர்கள்
மாதிரியே நாமும் போஜனம் முதலானதுகளையும் வைத்துக்
கொள்ளலாம்!

ஒரு த்ருஷ்டாந்தம் சொல்வதுண்டு. ஒரு காடு இருந்த
தாம். அதன் பக்கத்தில் ஒரு பெரிய நதி, ஒரு சின்ன குட்டை
இரண்டும் இருந்தனவாம். காட்டிலே தீப்பிடித்துக் கொண்
டதாம். அப்போது பலமான காற்று சேர்ந்து கொள்ளவே

எரிகிற சருகுகள், விறகுத் துண்டுகள், மண் எல்லாம் அடித்துக் கொண்டு வந்து குட்டையிலும் விழுந்ததாம்; நதியிலும் விழுந்ததாம். குட்டையை மண்ணும் செத்தையும் பாதி அடைத்தது என்றால், பாக்கிப் பாதி அப்படியே அந்த உஷ்ணத்தில் வற்றி, மொத்தத்தில் குட்டை இருந்த இடம் தெரியாமல் ஆகிவிட்டது. மஹா நதியில் விழுந்த குப்பைக் கூளங்களை, அவை பற்றி எரிந்து கொண்டிருந்தாலும் அதன் பிரவாஹமே அணைத்து அடித்துக் கொண்டுபோய் ஸமுத்திரத்தில் விட்டு இருந்த இடம் தெரியாமல் பண்ணி விட்டது.

குப்பை குட்டையை இல்லாமல் பண்ணிற்று; நதியோ குப்பையை இல்லாமல் பண்ணிவிட்டது. இந்த மாதிரிதான் தோஷமாகத் தெரிகிற சில பழக்க வழக்கங்கள் பூர்வ காலத்தில் வீர்யத்தோடிருந்தவர்களைச் சேர்ந்தபோது, அந்தத் தோஷம் அவர்கள் சக்தியில் அடிபட்டுப் போயிற்று; பலஹீனர்களான நாம் அந்த வழக்கங்களை கைக்கொண்டாலோ தோஷம் நம்மை அடித்துப் போட்டுவிடும். அவர்களுடைய சக்தி நமக்கு இல்லாததால், கலியுகத்தில் எப்படி இருக்கணுமென்று அவர்கள் சட்டம் போட்டுக் கொடுத்திருக்கிறார்களோ அதற்கு அடங்கித் தான் நாம் நடக்கணும். 'அல்டிமேட்'டாக அஹிம்ஸா போஜனத்துக்குப் போகத்தான் எல்லாரும் முயற்சி செய்யணும் என்பதே நமக்கான தர்மம்!



படிப்படியாக முன்னேற

ஒருகால் பூர்விகர்கள் மாம்ஸம் சாப்பிட்டிருந்தால்கூட அதற்காக நாமும் அதை லக்ஷ்ய நிலையாக வைத்துக் கொண்டு விடக் கூடாது. அதே ஸமயத்தில் நெடுங்கால பழக்கவழக்கத்தால், குலாசாரத்தால் மாம்ஸ போஜனிகளாக இருக்கிற பிராமண – இதரர்களையெல்லாம் இன்றையிலிருந்தே சைவ ஆஹாரத்தை மேற்கொள்ளும்படியும் force பண்ணக் கூடாது. 'அல்டிமேட்'டாக மாம்ஸம் கூடாது; அதற்காக 'இம்மீடியட்'டாகவே எல்லாருக்கும் மாம்ஸம் கூடாது என்றும் நிர்பந்திக்கக் கூடாது. பழக்கத்தை ஒரே மூச்சில் மாற்றிக் கொள்ள முடியாது. அப்படிப் பண்ணுவது பலவிதக் கஷ்டங்களை உண்டாக்கும். total abstinence (பூர்ண விலக்கு) ஒரே நாளில் வந்துவிட முடியாது. ஸ்டேஜ் ஸ்டேஜாகத்தான் அதற்கு டெவலப் பண்ணிக் கொண்டு போக வேண்டும். அதற்காக நாம் பிரசாரமும், ஊக்கமும் தர வேண்டும்.

முதலில் பண்டிகை நாள், விரத தினங்கள், தர்ப்பணம், திதி ஆகியவற்றில் 'மீட்' சாப்பிடுகிறதில்லை என்று இதரர்கள் வைத்துக் கொள்ளட்டும். அப்புறம் ஒரு மாஸத்தில் சில சில நாளில் சாப்பிடாமல் இருக்கட்டும். முதல் தேதியில் சாப்பிட வேண்டாம், தங்கள் நக்ஷத்ரத்தன்று வேண்டாம். குழந்தைகள் நக்ஷத்ரத்தில் வேண்டாம் என்கிற மாதிரி இப்படியே போய், கொஞ்சங்கொஞ்சமாக விட்டால் அப்புறம் பூர்ணமாக நிறுத்திக் கொள்வதில் சிரமமே தெரியாது. அப்போது அப்படிப் பண்ணிக் கொள்ளலாம்!

முன்காலங்களில் ஸர்வ ஜனங்களுக்கும் சாஸ்த்ராபிமானம், தெய்வத்திடம் பய பக்தி, அதனால் தப்புப் பண்ணுவதிலே பயம், அடக்க குணம் முதலியன இருந்தன. அதனால் ஸகல ஜாதியாருமே இன்றைக்கு இருப்பதைவிடக்

கட்டுப்பாட்டுடன் (இந்த்ரிய நிக்ரஹத்தில்கூட இன்றையவிடக் கட்டுப்பாட்டுடன்) இருந்து வந்தார்கள். இப்போது ஸினிமா, டிராமா, நாவல் எல்லாம் ஸ்வதந்திரப் போக்கு என்று சொல்லி ஜனங்களைத் தறிகெட்டு அலையப் பண்ணியிருக்கிற மாதிரி அப்போதில்லை. இந்திரிய சாபல்யத்துக்கு இப்போது திரும்பின இடமெல்லாம் தீனி போட்டு வளர்ப்பது போல அப்போது இல்லை. அதனால் மது – மாம்ஸாதிகள் சாப்பிடுப வர்கள்கூட அதிலே ஓர் அளவு, ஒழுங்கு வைத்துக் கொண்டிருந் தார்கள். அவர்கள் இன்றைய ஜனங்கள் மாதிரி இல்லாமல் சரீரத்தால் நன்றாக உழைக்கவும் உழைத்தபடியால் அந்த ஸாமான்கள் அவர்களுக்கு தேஹரீதியிலோ, மனோரீதியிலோ கெடுதல் பண்ணவில்லை. ஆனால் இப்போதுள்ள பொது ஜனங்களின் ஸ்வபாவம், வேலை முறை எல்லாமே மாறி, சூழ்நிலையும் கெட்டுப் போயிருப்பதால் அந்தக் காலத்தைவிட இந்தக் காலத்தில் ஸகல ஜாதியாருமே மரக்கறி உணவுப் பழக்கத்தைக் கொஞ்சங் கொஞ்சமாக வளர்த்துக் கொள்வது நல்லது; கள்ளு குடி முதலியவற்றை விடுவதும் நல்லது!

அதோடு இப்போது ஆபீஸ், குடியிருப்பு எல்லாவற்றி லும் எல்லா ஜாதியாரும் முன்னைவிட நெருங்கி வாழும் படியாகியிருக்கிறது. பிராமணாசாரங்களை மற்றவர்கள் முடிந்தமட்டும் எடுத்துக் கொள்வதே இதுவரை வழக்கமா யிருந்திருக்க, இப்போது பிராமணன் மற்றவர்கள் பண்ணு கிற மாதிரித் தானும் செய்வதாக ஏற்பட்டிருக்கிறது! புலால் உணவுக்காரர்களுடன் நெருக்கமாக வாழ்வதால் மரக்கறி உணவுக்காரர்கள் அந்த வழக்கத்தை எடுத்துக் கொண்டு விடப் போகிறார்களே என்று பயமாக இருக்கிறது. அவ்வப்போது ஒவ்வொரிடத்தில் இப்படிக் கேள்வியும் படுகிறோம்.

ஆனால் இன்னமும் நிலைமை கைமீறி விடவில்லை. இந்தியாவில் மட்டும் எல்லா ஜாதி ஜனங்களும்... நினைத்துப் பார்க்கவே கஷ்டமாயிருக்கிறது, நான் வெஜிடேரியன்களாகி விட்டார்களென்றால் லோகத்துக்கே ஒரு பெரிய 'ஐடியல்' நஷ்டமாகிவிடும். அப்புறம் அதை ஒரு காலத்திலும் ஈடு செய்யவோ பரிஹாரம் காணவோ முடியாது. இன்றைக்கும் நமக்கு ஏதாவது துளிப் பெருமை ஒட்டிக் கொண்டிருக்கிறதென்

றால், அது லோகத்திலேயே மிகப் பெரிய ஜனஸமூஹம் வெஜிடேரியன்களாக உள்ள தேசம் நம்முடையதுதான் என்பதே. ஹிந்து என்றால் அஹிம்ஸாவாதி என்றே லோகத்தில் இன்னமும் பரவலாக நல்ல அபிப்ராயம் இருக்கிறது.

'ஹிந்து' என்ற வார்த்தை அன்னிய தேசத்தார் நமக்கு வைத்த பெயர்தான்★. நம்முடைய சாஸ்திரங்களில் அந்தப் பேரைப் பார்க்கவே முடியாது. ஆனால் பிற்காலத்தில், வெளிதேசத்தார் வைத்த 'ஹிந்து' என்ற பெயரையே ஸம்ஸ்கிருத 'ரூட்'டிலிருந்து வந்த மாதிரி நம்மவர்கள் அர்த்தம் பண்ணியிருக்கிறார்கள் – அதாவது '**ஹிம்ஸாயாம் தூயதே ய: (ஸ) ஹிந்தூ த்யபிதீ யதே**' என்று! ஹிம்ஸையில் எவன் ரொம்பவும் துக்கப்படுகிறானோ அவனே ஹிந்து என்று இதற்கு அர்த்தம். இது சமத்காரமாகப் பண்ணியது என்றாலும் ஹிந்து மதஸ்தர்கள் அஹிம்ஸைக்காரர்கள் என்பதால்தானே இப்படி ஒரு 'டெஃபனிஷன்' கொடுக்க முடிந்திருக்கிறது? இந்தப் பெரிய கௌரவம் நமக்குப் போகப்படாது என்றால், முன்னைவிட எல்லா ஜாதியாரும் கலந்து கொண்டு வாழும்படியாக இருக்கிற இந்தக் காலத்தில் புலால் உணவுக்குப் பழக்கப்பட்டவர்களும் முன்னைவிட மரக்கறி உணவில் அதிக நாட்டம் கொள்வது நல்லதென்று தோன்றுகிறது!

★ அருள் உரை 3-வது புத்தகத்தில் இடம் பெற்றுள்ள வைதிக மதம் என்ற பிரிவிலுள்ள பெயரில்லாத மதம் என்ற உரையைப் பார்க்கவும்.



மதுவிலக்கு

சாஸ்திரப்படி விலக்க வேண்டியவற்றில் மற்ற ஆஹார வகைகள் நாளாவட்டத்தில்தான் சித்தத்தைக் கெடுக்கின்றன வென்றால், குடியோ உடனேயே ஒருத்தனின் புத்தியைக் கெடுத்துக் கேவலப்படுத்துவதைப் பார்க்கிறோம். அதனால் இதை முதலில் விட்டுத் தொலைக்க வேண்டும்!

இப்படி ஒரு வஸ்து உள்ளே போவதால் உடனே சித்தம் கெட்டுப் போவதாலேயே, விலக்க வேண்டிய மற்ற வஸ்துக்களும் கொஞ்சங் கொஞ்சமாக உள்ளே போய் காலக்ரமத்தில் சித்தத்தைப் பாதிக்கும் என்பதையும் ஒப்புக்கொள்ள வேண்டியதாகிறது. அதாவது சாஸ்திரம் சொல்கிறபடி ஆஹாரத்துக்கும் மனஸுக்கும் ஸம்பந்தமுண்டு என்று நிச்சயமாகிறது.

குடி கூடாது, அது புத்தியைக் கெடுக்கும், குடியையும் கெடுக்கும். முற்காலத்தில் குடிப்பதற்கு அனுமதி பெற்ற ஜாதியாரும் இப்போதைய 'ஸெட்-அப்'பில் அந்தப் பழக்கத்தை விடுவதுதான் நல்லதாகிறது. இதனால், காந்தீயவாதிகள் சொல்கிற மதுவிலக்கை ஆதரித்து ஸ்ரீமட தர்மத் தொண்டு ஸபையும் அறிக்கைகூட விட்டிருக்கிறது.

நாம் வேதத்தையும் அதை அனுஸரித்து ஏற்பட்டுள்ள தெய்வ வழிப்பாட்டு நூல்களான ஆகமத்தையும் பின்பற்றுகிற தமிழ் மதஸ்தர்கள். இந்த வேதம், ஆகமம் இரண்டுமே மதுவிலக்கை விதித்திருக்கின்றன. ஆதலால் மதரீதிப்படி நாம் குடிக்காமலிருக்கவே கடமைப்பட்டிருக்கிறோம் என்று எடுத்துக் காட்டி இப்படி அறிக்கை விட்டு, துண்டுப் பிரசுரமாக வினியோகித்தோம். ஸமூஹப் பிரச்னையாகவும், பொருளாதாரப் பிரச்னையாகவும், குடும்ப வாழ்க்கை விஷயமாகவும் காந்தீயவாதிகள் சொல்லும் மதுவிலக்குக்கே, அந்தக் காரணங்களை

யும் ஒப்புக்கொள்வதோடு, மத உணர்ச்சியை முக்யமாக வைத்து இன்னம் weight கொடுத்து இப்படிச் செய்தோம். இதன் படி நடப்பதாக ஜனங்கள் ஸம்மதச் சீட்டு அனுப்ப வேண்டும் என்றும் கேட்டுக் கொண்டோம். அப்படிச் செய்கிறவர்களுக்கு மடத்துப் பிரஸாதம் அனுப்பவும் ஏற்பாடு செய்தோம்.

ஸ்ரீ பெரியவர்கள் குறிப்பிடும் அறிக்கையின் வாசகம் வருமாறு:

'வேதங்கள் 'கள்ளுண்ணாதே' என்று முரசறைகின்றன. ஆகமங்கள் தீக்ஷையைப் பற்றிச் சொல்லுமிடத்துக் கள்ளை விலக்குவதையே முதல் அறமாக உபதேசிக்கின்றன. ஆதலால், 'வேதமோடாகமம் மெய்யாம் இறைவ நூல்' என்னும் திருமூலர் வாக்குப்படி, வேதாகம மரபில் வந்த தமிழன் ஒவ் வொருவனும் கள்ளுண்ணாமைப் பிரமாணம் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். அவ்விதம் பிரமாணமெடுத்துக் கொண்டு கீழ்க் காணும் பிரமாணப் பத்திரிகையை ஆதீனத்துக்கு அனுப்புகிற வர்களுக்கு திருநீறு பிரசாதமோ, துளஸி பிரசாதமோ அனுப் பப்படும். திருநீறு அல்லது திருமண் இவைகளைத் தரிக்கும் அனுஷ்டான முறையை விளக்கும் உபதேச நூலும் அனுப்பப் படும்.'

இதைக் கண்ணுறுபவர் அனுப்ப வேண்டிய பிரமாணப் பத்திரிகையின் வாசகம், 'நான் நமது வேதாகம விதிப்படி இன்று முதல் கள்ளைத் தொடுவதில்லை. இங்ஙனம் ஆதி சங்கராச்சாரியார் அவர்களுக்கு உறுதிமொழி கூறுகிறேன்.'



புகைத்தல் ஸமூஹ விரோதச் செயல்

புகையிலையைப் பச்சையாய் சாப்பிடுவது, 'புகை'யிலை என்றே அதற்குப் பெயர் இருப்பதற்கேற்ப அதை நெருப்பில் புகைத்து இழுப்பது ஆகியனவும் அனாசாரம் என்று சாஸ்திரம் தள்ளியிருக்கிறது. உடம்புக்குக் கெடுதல், அதாவது அனாரோக்யம் என்று வைத்ய சாஸ்திரப்படி தள்ளினதையே சித்தத்துக்கு கெடுதலைச் செய்யும் அனாசாரம் என்று தர்ம சாஸ்திரம் ஒதுக்கி வைக்கிறது. மாம்ஸத்தில் ஒருவிதமான கெடுதல், மதுவில் இன்னொரு விதமான கெடுதல் என்றால் புகைபிடிக்கிறதிலும் தனியாக ஒரு பெரிய கெடுதல் இருக்கிறது. அதாவது ஒருத்தன் இந்தக் கெட்ட காற்றை விடுகிறபோது பக்கத்திலிருப்பவனுக்கு உள்ளேயும் போய் அது கெடுதல் பண்ணுகிறது. 'நான் எப்படி வேண்டுமானாலும் கெட்டுப் போவேன்; என்னை யார் தடுக்கிறது?' என்று ஒருத்தன் சொன்னாலும் சொல்லலாம். ஆனால் 'பிறத்தியானைக் கெடுப்பேன். அவன் இழுக்கிற காற்றை விஷமாக்குவேன் என்னை யாரும் கேட்கப்படாது' என்று எவனும் சொல்ல முடியாது.

அதனால் ஸமூஹ நலனை உத்தேசித்து, பீடி சிகரெட்தான் பெரிய விரோதி என்று அதைத் தடை செய்ய வேண்டும். ஆனாலும் எதனாலோ 'ப்ரொஹிபிஷன்' என்று மதுவிலக்கை மட்டும் விசேஷமாகச் சொல்லிவிட்டு, இதை (புகைப்பதை)த் தடுக்காமலிருக்கிறார்கள். ப்ரொஹிபிஷன் பிரசாரம் பண்ணுகிறவர்களில் சிலருக்கே இந்தப் (புகைக்கும்) பழக்கம் இருப்பதாகச் சொல்கிறார்கள். குடிப்பதற்கு ஒரு stigma (அவப்பெயர் அடையாளம்) இருக்கிறாற்போல புகைபிடிப்பதற்கு இல்லாமல் இது ஒரு ஃபாஷன் அடையாளமாகவே நினைக்கப் படுகிறது.

புகையிலை, பீடி, சிகரெட் சாஸ்திர ஸம்மதமல்ல. சுத்த

ஆஹாரம் என்பதாகச் சாப்பாட்டிலே மட்டும் பண்ணிக் கொண்டுவிட்டு, புகைப்பழக்கம் வைத்துக் கொண்டால் பிரயோஜனமில்லை. ஸாத்விகாஹாரம் என்னும்போது மது வையும் புகையிலையையும் தள்ளியே ஆக வேண்டும்!



காபி முதலிய பானங்கள்

ஸாதாரணமாக இப்படிப்பட்ட தள்ளுபடி வஸ்துக்களுக் குத்தான் புத்தியைப் பிடித்து வசப்படுத்தி வைத்துக் கொள்கிற சக்தி இருக்கிறது. 'அது இல்லாட்டா முடியாது' என்று என் னமோ பைத்தியம் பிடித்த மாதிரிப் பண்ணி எந்த வேலை யுமே ஓடாமல் இந்த மனோ பளுவினாலேயே தலைவலி, அஜீர்ணம் என்றெல்லாம் இந்த வஸ்துக்கள்தான் உண்டாக்கு கின்றன. அந்த வஸ்துவுக்கு இவன் அடிமை ஆகிவிடுகிறான். 'addict' என்று சொல்கிறார்கள். ஏதோ ஓர் அளவு என்று நிறுத்திக் கொள்ள முடியாமல் எப்போது பார்த்தாலும் அந்த ஸாமானுக்கே ஆசை ஏற்படுகிறது. குடிப்பழக்கமுள்ளவன், புகையிலை மெல்லுகிறவன், அதையே 'ஊதுகிறவன்' எல்லா ரும் இப்படித்தான். அபின், கஞ்சா முதலான லாஹிரி வஸ்துக் கள் எல்லாம் இப்படி மனுஷ்யனை அதே பைத்தியமாக அடிக் கிறவைதான்.

புத்தியைக் கெடுப்பதில் கள்ளு-கஞ்சா அளவுக்குப் போகா விட்டாலும், 'அடிக்ட்' – ஆக அடிமைப்படுத்துகிற சக்தி காபி, டீக்கும் இருப்பதால்தான் அவை உதவாது என்பது. போதையை உண்டுபண்ணுவது-intoxicant- என்று இவற்றைச் சொல்ல முடியாவிட்டாலும், நரம்பை ஊக்குவிக்கிறவை-stimulant-என்பதால் தள்ளத்தான் வேண்டும். 'ஸ்டிமுலேட்' பண் ணுவது அப்போதைக்குக் கிளுகிளுப்பைத் தந்து உத்ஸாஹப் படுத்தலாமானாலும், முடிவிலே இப்படி செயற்கையாகத் தூண்டப்பட்ட நரம்பு மண்டலம் பலஹீனம்தான் அடையும்.

காபியில் இருக்கிற 'கஃபைன்' விஷ வஸ்துவே என்று ஸகலரும் ஒப்புக்கொள்கிறார்கள்.

டீயும் அனாசாரம்தான். என்றாலும் காபி போல் அவ்வளவு மோசமில்லையாதலால், சுறுசுறுப்புக்கு ஏதாவது பானம் வேண்டத்தான் வேண்டும் என்கிறவர்கள் டீ வேண்டுமானாலும் கொஞ்சம் சாப்பிடலாம். இப்படிச் சொன்னதால், 'பெரியவா டீ சாப்பிடச் சொல்றா' என்று அர்த்தம் பண்ணிக் கொண்டு விடக்கூடாது. காபி, டீ மாதிரி எதுவாவது இல்லாமல் முடியவே முடியாது என்று இருக்கிறவர்கள் டீ வேண்டுமானால் கொஞ்சம் சாப்பிட்டுக் கொண்டு, அதையும் படிப்படியாக விடவேண்டும்.

நல்ல வஸ்துவான பாலில் இந்த ஸாமான்களைக் கலந்து கெடுக்க வேண்டியதே இல்லை. அதிகாலையில் வெறும் பாலே சாப்பிடலாம். பகலில் மோராக்கிக் குடிக்கலாம். மோர்க் கஞ்சியாகவும் சாப்பிடலாம்.

வெறுமனே சொன்னால் போதாது என்று சந்திர மெளளீச்வரர் ஸாக்ஷியாக காபி, சினிமா, பட்டு மூன்றையும் விட்டுவிடுவதாக ஸத்யம் பண்ணிக் கொடுங்கள் என்று கேட்கிறேன். ஏன்? எத்தனை ஏழைக் குடும்பமானாலும் சோற்றுச் செலவைவிட ஜாஸ்தியாகக் காபி அல்லவா இழுக்கிறது? அகத்தில் சாப்பிடுவதோடு கண்ணில் படுகிற ஹோட்டலில் புகுந்தும் மூன்று வேளை நாலு வேளை என்று குடிக்கப் பண்ணுகிறதே! எழுந்தவுடனேயே, பல் தேய்க்காமலேகூட பெட்-காபி, இல்லாவிட்டால் அந்தக் காப்பிப் பொடி வண்டலாலேயே பல் தேய்த்துவிட்டு அதை உள்ளேயும் தள்ளுவது என்பதாக, 'இதிலில்லாமல் ஜீவனில்லை' என்கிற அளவுக்கு இதற்கு நம் புத்திக்கு மேல் ஆதிக்யம் கொடுத்திருப்பது தப்புத்தானே? இந்த ஆதிக்யத்தினால்தான் இக்கால ஸன்னியாஸிகளுக்கு தண்ட, கமண்டலம் இல்லாவிட்டாலும் பரவாயில்லை. ஆனால் 'ஸ்டவ்' இருந்தாக வேண்டுமென்று ஆகியிருக்கிறது!

நெருப்புக்கிட்டேயே போகப்படாது, சமைக்கவே கூடாது என்று விதிக்கப்பட்டிருக்கும் ஸன்னியாசிகள்கூட, பிரம்ம முஹூர்த்தத்தில் எழுந்து தியானம் செய்வதானால் அதற்கு

முந்தி காபி இல்லாமல் முடியவில்லை என்று தாங்களே 'ஸ்டவ்'வில் போட்டுக் குடிக்கிறதாக அல்லவா பார்க்கிறோம்? இது தான் இன்றைக்கு நடக்கிற ஸ்வயம்பாக நியமம்! இப்படி ஒரு வழக்கத்துக்கு அடிமைப்பட்டிருப்பது தப்பு என்பதால்தான் நான் காபியை பலமாகவே கண்டிப்பது!

டின்னில் அடைத்து, பார்க்க 'நீட்'டாக என்னென்னவோ பான வகைகள் வந்திருக்கின்றனவே, அதிலெல்லாம் என்னென்ன வஸ்துக்கள் சேர்ந்திருக்குமோ? இவற்றிலும் சரி, இதே மாதிரிப் பார்க்கச் சுத்தமாக அழகாக pack பண்ணி வருகிற பிஸ்கோத்து, பன், கேக் முதலானவற்றிலும் ஒரு வஸ்து இல்லாமலிருக்காது என்றுதான் ஸந்தேஹம்.★ ஆனாலும் இதைக் கண்டுகொள்ள வேண்டாமென்று ஆசாரக் குலவழக்குள்ளவர்களும் இவற்றைச் சாப்பிட்டுக் கொண்டிருக்கிறார்கள். 'அப்படியே அந்த வஸ்து இருந்தாலும் பரவாயில்லை. அது முழுக்க உயிர் வந்துவிட்ட ஜீவனில்லை' என்று துணிந்து ஸமாதானம் சொல்கிறவர்களும் இருக்கிறார்கள். அதற்கு உயிர் இருந்தாலும் இல்லாவிட்டாலும், அது நமக்குக் கெடுதி செய்யும் ஊன்தான்.

இவர்கள் சொல்லும் நியாயப்படி எந்த பிராணிக்குமே தானாக உயிர் போன பின் அதன் ஊனைத் தின்றால் தப்பில்லை என்று ஆகும். நீலகண்ட தீக்ஷிதர் என்ற மஹான்★★ மந்திரி பதவியை விட்டு, வரும்போது திருமலை நாயகரிடம் 'குக்குட சப்தமில்லாத ஒரு பிராந்தியத்தில் கொஞ்சம் பூமி கொடுத்தால் போதும்' என்று கேட்டு வாங்கிக் கொண்டு தாம்ரபர்ணிக் கரையில் பாலாமடை என்கிற அக்ரஹாரத்தை ஏற்படுத்தினாராம்! அந்த அஹிம்ஸா பாரம்பர்யத்துக்கு நாம் களங்கமுண்டாக்கக் கூடாது. நம் கண்ணுக்குத் தெரியாமல் எங்கேயோ ஃபாக்டரியில், பேக்கரியில் பண்ணுகிறவற்றில் என்னென்ன கலந்திருக்குமோ! கைபடாமல் மிஷினேதான் பண்ணி 'பாக்கிங்'கும் செய்கிறது என்பதால் அது ஆசாரமானதாகி விடாது. நாமே அகத்தில் பார்த்து அரைத்து வைத்துக் கொள்கிற மாவுகளைப் போட்டுக் கஞ்சியாக்கிக் குடிப்பதுதான்

★ முட்டையைத்தான் ஸ்ரீ பெரியவர்கள் குறிக்கிறார்கள்.

★★ பின்னால் வரவிருக்கும் 'மீனாக்ஷி' என்ற உரையில் நீலகண்ட தீக்ஷிதரைப் பற்றிய சில விவரங்களைக் காணலாம்.

ஆசாரம். வியாதியஸ்தர்கள், வியாதிக்கப்புறம் தேற்றிக் கொள்ள வேண்டியவர்கள் மட்டும் சொஸ்தமாகி உடம்பு தெம்பு பிடிக்கிற வரையில் ஃபாக்டரியிலிருந்து வருகிற மற்ற ஆரோக்யம் தரும் பான வகைகளைக் கரைத்துக் குடிக்கலாம். மருந்து மாதிரி இதற்கும் அந்தக் காலத்தில் மாத்திரம் விலக்குத் தரலாம். அப்புறம் இதை நிறுத்திவிட்டு பஞ்சகவ்யம் சாப் பிட்டு சுத்தி பண்ணிக்கொள்ள வேண்டும்!



பால் வஸ்துக்கள்

'பால் ரத்த ஸமானமல்லவா? அதனால் பால், அதிலிருந்து வருகிற தயிர், மோர், வெண்ணெய், நெய் எல்லாமே புலால் வகையைச் சேர்ந்ததுதான்' என்று சொல்லி இவற்றைத் தள்ளி விடுகிற தீவிரவாதிகள் இருக்கிறார்கள். ஆனால் நமக்குப் பிரமாணம் சாஸ்திரந்தான் என்பதைப் பார்க்கும்போது, பாலையும் அதிலிருந்து உண்டாகும் வஸ்துக்களையும் ஸத்வா ஹாரமாகவே சாஸ்திரங்களில் சொல்லியிருப்பதால் தள்ள வேண்டியதில்லை. ஒரு பதார்த்தத்தைத் தள்ளுவதற்கு இரண்டு காரணங்கள் உண்டு. ஒன்று, அதிலே ஜீவஹிம்ஸை இருக்கக் கூடாது. இரண்டு, அது நம் சித்தத்தைக் கெடுக்கப்படாது. பாலைக் கறப்பதால் நாம் பசுவுக்கு ஹிம்ஸை பண்ணவில்லை. ஈச்வர ஸ்ருஷ்டியிலேயே ஈனுகிற குழந்தைகளுக்கு வேண்டிய அளவு மட்டும் பால் கொடுக்காமல் உபரியாகவும் மற்றவர் களுக்குக் கொடுக்கிற அளவுக்குப் பசுவுக்குப் பால் சுரக்கிறது. அதன் பால் முழுவதையும் கன்றுக்குட்டியே குடித்தால் வயிறு முட்டிச் செத்துப் போய்விடும்.

யஜ்ஞாதிகளுக்காகவும் புஷ்டி வேண்டிய மற்ற ஜனங்களுக் காகவும் சேர்த்துத்தான் அது இத்தனை பாலைக் கொடுக்கும் படியாக பகவான் அதைப் படைத்திருக்கிறான். பால் தருவ தால் நமக்கும் பசு தாய். அதனால்தான் 'கோமாதா' என்பது.

அச்வமாதா, கஜமாதா-என்பதில்லை. அன்னையின் க்ஷீரத்தைச் சாப்பிடுவது மாம்ஸ போஜனமாகாது. கன்றுக்கு வயிறு நிரம்ப ஊட்டுக் கொடுத்தபின், பசு கஷ்டமில்லாமல் சுரப்பு விடுகிற வரையில் எஞ்சியுள்ள பாலைக் கறந்து நாம் எடுத்துக் கொள்வதில் தப்பேயில்லை. இதிலே பசுவுக்கு ஹிம்ஸை இல்லை. கறக்காவிட்டால்தான் பால் கட்டிக் கொண்டு மடி கனத்துக் கத்தும்.

இரண்டாவதாகச் சொன்ன சித்த விகாரம் க்ஷீரத்தால் உண்டாவதில்லை. பாலையும் அதிலிருந்து உண்டாகிற மற்ற பதார்த்தங்களையும் ஸாத்விகம் என்றே சொல்லியிருக்கிறது. சொல்லியிருப்பது மட்டுமில்லை. பரம ஸாத்விகர்கள் பலபேர் இவற்றைச் சேர்த்துக் கொண்டவர்களாகவே இருக்கிறார்கள். முக்குண ஆஹாரங்களைச் சொன்ன பகவானே பாலையும் வெண்ணெயையும் திருடிச் சாப்பிட்ட நவநீத சோரனாகத் தானிருக்கிறான். ஈச்வரனுக்குப் படிப்படியாய், குடம் குடமாய் பாலாபிஷேகம் பண்ணிப் பார்த்து ஆனந்தப்படும்படி சாஸ்திரம் சொல்கிறது. தப்பான பதார்த்தமானால் சொல்லியிருக்குமா?

ஆகையால் க்ஷீரத்தையும் அதிலிருந்து உண்டாகிறவற்றையும் தள்ள வேண்டியதில்லை. அளவாகச் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். Fat ஏறும்படியாகவோ, மந்தம் தட்டும்படியாகவோ சேர்த்துக் கொள்ளக் கூடாது.

பால் சேர வேண்டியவர்களுக்குச் சேர விடாததுதான் தப்பு. எத்தனையோ ஏழைக் குழந்தைகள், துர்பலர்கள், நோயாளிகள் பாலுக்குப் பரிதவிக்கிறார்கள். அவர்களுக்குக் கிடைக்க வேண்டிய பாலைக் காப்பி விஷமாக்கி மற்றவர்கள் மூன்று நாலு வேளை சாப்பிடுகிறார்கள். இதுதான் தப்பு. காபியால் குடிப்பவர்களுக்குச் சித்தவிகாரம் ஏற்படுவதோடு நியாயமாகப் பால் தேவைப்படுகிறவர்களுக்கு அதை இல்லாமல் செய்வது ஜீவ ஹிம்ஸையுமாகிறது. காபியை நிறுத்திவிட்டு அந்தப் பாலை ஏழைக் குழந்தைகளுக்கோ, பலஹீனருக்கோ வினியோகம் பண்ணுவதென்று வைத்துக் கொண்டால் பெரிய புண்யமாகும்!



தாம்பூல தாரணம்

எப்போது பார்த்தாலும் குடிக்கணும், ஊதணும் என்று இருப்பதுபோல வெற்றிலை போட்டுக் கொள்வதும் ஒரு 'ஹாபிட்' ஆகி, அதற்கு அனேகம் பேர் 'அடிக்ட்' ஆகிறார்கள். இதனால் நாக்குத் தடித்து, பசி மந்தித்துப் போய்விடுகிறது. இப்படி விடக்கூடாது. பார்க்கவே பிடிக்காமல், வாய் நிறைய வெற்றிலைச் சாற்றை வைத்துக் கொண்டு பேசுவது, நம் மேலே அது தெறிப்பது, தங்கள் மேலேயே ஒழுகுவது என்றெல்லாம் பண்ணுவது கௌரவமும் இல்லை; ஆசாரமும் இல்லை. பொடியும் இப்படித்தான். போகிற இடமெல்லாம் (வெற்றிலை) துப்புவதும், (பொடி) சிந்துவதும் ஸிவிக் ஸென்ஸுக்கே விரோதம்!

கிருஹஸ்தர்கள், முக்யமாக ஸுமங்கலிகள் அளவாக வெற்றிலை போட்டுக் கொள்வதில் தப்பேயில்லை. தாம்பூலம் கொடுத்து உபசரிப்பதே மங்களம் என்று இருக்கிறது. பூஜையிலும் தாம்பூலம் அர்ப்பணம் பண்ண வேண்டும். அது ஸௌபாக்ய சின்னம்; அதோடு ஜீர்ணகாரி, ரத்த சுத்தி. சுண்ணாம்பில் கால்ஷிய ஸத்து இருக்கிறது. இத்தனையிருந்தாலும் அது ஸாத்விகம் இல்லை. அதனால்தான் பிரம்மச்சாரி, ஸன்னியாஸி இருவருக்கும் அது கூடாது என்று வைத்திருக்கிறது. லோக வியவஹாரங்களைக் கவனிக்க வேண்டிய க்ருஹஸ்தர்களுக்கு ராஜஸ குணமும் இருக்க வேண்டுமென்றே தாம்பூல தாரணம் அனுமதித்திருக்கிறது. அதற்காக ராஜஸ குணம் மட்டுமே இருக்கும்படியாக ஓயாமல் தாம்பூல சர்வணம் பண்ணக்கூடாது. நல்ல பதார்த்தம் – கெட்ட பதார்த்தம் எதுவானாலும் ஓயாமல் தின்னும், பழக்கமாகப் பண்ணிக் கொள்ளக் கூடாது. நம்மை நம் கண்ட்ரோலில் இல்லாமல் பண்ணித் தன் வசப்படுத்திக் கொள்வதாக எந்தப் பதார்த்தத்தையும் விட்டு விடக் கூடாது.

ஸாத்விக ஆஹாரத்தைச் சேர்ந்த தித்திப்புப் பதார்த்தங்கள், நெய் முதலானவை தாமாகவே ஓரளவுக்கு மேல் தின்ன முடியாமல் திகட்டிப் போய்விடுவதாலேயே நமக்கு நன்மை செய்கின்றன!

பதார்த்த சுத்தியின் முக்யம் தெரிவதற்காக நிறையச் சொல்லிக் கொண்டு போனேன். மரக்கறி உணவின் விசேஷம் அது நமக்கு ஸத்வகுணம் அபிவிருத்தியாக உதவுவதோடு இன்னொரு ஜீவனுக்கு ஹிம்ஸை ஏற்படாமலும் செய்கிறது. லோகத்தில் இந்த லக்ஷ்யம் பரவப்பரவக் கொலை குறையும். சாந்த குணம் விருத்தியாகும். கொலைக்கேஸ்கள் வருகின்றனவே, இவற்றில் அபூர்வமாக எவனோ ஒருத்தன்தான் சாகபோஜனம் பண்ணுபவனாக இருப்பான்!

ஆக, லோகத்தில் சாந்தம் பரவ வேண்டுமென்றால் நாம் சாந்தர்களாக வேண்டும். இதற்கு நம் வாழ்க்கை முறைகள் நம்மை ஸத்வ குணமுள்ளவர்களாகப் பண்ண வேண்டும். சாப்பாட்டை வைத்துத்தான் ஜீவனம் என்றிருப்பதால் இப்படிப்பட்ட பழக்கங்களில் ஆஹார விஷயத்துக்கு ரொம்பவும் முக்கியத்வம் இருக்கிறது என்று புரிந்து கொண்டு பார்த்தால் உடம்பை மட்டுமின்றி உள்ளத்தையும் வளர்ப்பதாக உணவை அமைத்துக் கொள்ள நம் சாஸ்திரங்கள் போஜன விதிகளை ஏற்படுத்தித் தரும்போது அதிலே பிரயோஜனமாகும் பதார்த்தங்கள், அதோடு ஸம்பந்தப்பட்ட மனுஷ்யர்கள் என்ற இரண்டுக்கும் சொல்லி இருக்கும் லக்ஷணங்களின்படி, பதார்த்தத்தை எடுத்துக் கொண்டால் அது புலால் உணவாக இல்லாமல் மரக்கறி உணவாக இருக்க வேண்டுமென்று முடிவாகிறது.

தங்களுடைய அஹிம்ஸா அனுஷ்டானத்தினாலேயே அனேக மஹான்கள் தாங்களிருக்கிற சுற்றுப்புறம் முழுவதையும் அன்பு மயமாக்கியிருக்கிறார்கள்; அவர்களுடைய ஆச்ரமத்திலே பார்த்தால் 'பெண் சிங்கம் யானைக்குட்டிக்குப் பால் கொடுத்துக் கொண்டிருக்கும்; கன்றுக்குட்டிக்குப் புலி வழி காட்டி அழைத்துக் கொண்டு போகும். எலிக்குஞ்சைப் பூனை ரக்ஷித்துக் கொண்டிருக்கும். பாம்புக்குட்டி மேலே வெயில் படாமல் மயில் தோகையை விரித்துக் குடை பிடித்துக் கொண்டிருக்கும்' என்றெல்லாம் காவ்ய, நாடகங்களில் படிக்கிறோம்.

இப்படிப் பிறத்தியாரின் பரஸ்பர விரோதத்தையும் போக்கடிக்கிற அளவுக்கு சாந்தத்தைப் பரப்பின பாரம்பர்யத்தை நாம் பாழாக்கி விடாமல் காப்பாற்றிக் கொடுக்க வேண்டுமானால் மரக்கறி உணவில் நம் பற்றை வளர்த்துக் கொண்டால்தான் முடியும். மரக்கறி உணவிலுங்கூட காரம், புளிப்பு முதலானது ராஜஸம்தான்; பழையது போன்றவை தாமஸம். இப்படியே பூண்டு, வெங்காயம், முள்ளங்கி, முருங்கை போல் பல ஸத்வத்துக்கு விரோதமானவை!

பரம ஸாத்விக உணவானாலும்கூட அளவு முக்கியம். ஒரு நாளைக்கு ஒரு சாப்பாடு, ஒரு பலகாரம் என்றிருப்பது நல்லது. இல்லாவிட்டால் இரண்டு சாப்பாடு, ஒரு டிஃபன் என்று இப்போது பெரும்பாலோர் வைத்துக் கொண்டிருக்கிற மாதிரியே இருந்தாலும் ஒவ்வொரு வேளையும் மிதமாகச் சாப்பிட வேண்டும். வைத்ய சாஸ்த்ரம், தர்ம சாஸ்த்ரம் இரண்டின் பிரகாரமும் அரை வயிற்றுக்குத்தான் சாப்பிடணும். கால் வயிற்றுக்குத் தீர்த்தம் குடிக்கணும். மற்ற கால் வயிறு வாயுவுக்கு விட்டு விடணும்.

தினசரி இரண்டு சாப்பாடு, ஒரு சிற்றுண்டி என்று வைத்துக் கொண்டாலும், சனிக்கிழமை, குருவாரம், ஸோமவாரம் (மாதா, பிதா இல்லாதவரானால்) அமாவாஸ்யை,' இன்னம் அவரவர் குல தெய்வத்தைப் பொறுத்து ஷஷ்டி, கிருத்திகை, சதுர்த்தி பிரதோஷம் ஆகிய தினங்களில் ஒரு வேளை சாப்பாடு ஒரு வேளை பலகாரம் என்று வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஞாயிற்றுக்கிழமையில் அஸ்தமனத்துக்கு அப்புறம் சாப்பிடக் கூடாது. அதனால் மத்யானம் சாப்பிட்டுவிட்டு, அஸ்தமனத்துக்கு முந்தியே பலஹாரம் பண்ணிவிட வேண்டும். பதினைந்து நாளுக்கு ஒரு முறை 'லங்கனம்', அதாவது முழுப் பட்டினி போடணும். அதுதான் ஏகாதசி உபவாஸம். அதைப் பற்றி அப்புறம் சொல்கிறேன். மற்ற நாட்களிலும் மித போஜனமே பண்ண வேண்டும்.

பசி என்கிறது ஒரு வியாதி மாதிரி. வியாதிக்கு மருந்து 'டோஸேஜ்' பிரகாரம்தானே சாப்பிடுவோம்? கொஞ்சங்கூட அதிகம் சாப்பிட மாட்டோமல்லவா? அதே மாதிரிப் பசி என்கிற வியாதிக்குச் சிகிச்சையாக மருந்து மாதிரி உணவு உட்

கொள்ளவேண்டும். இப்படித்தான் ஆசார்யாள் உபதேசம் பண்ணியிருக்கிறார். ★ **க்ஷுத் வ்யாதிச்ச சிகித்ஸ்யதாம்** — அதாவது பசி நோய்க்கு மருந்தே சாப்பாடு என்று ஆக்கிக் கொள்ளு. நாக்குக்காகத் தின்னாதே; ருசிருசியான அன்னமாகத் தேடாதே —**ஸ்வாத்-வன்னம் ந து யாச்யதாம்!** விதி வசமாக எது கிடைக்கிறதோ அதிலே த்ருப்தியாயிரு—**விதிவசாத் ப்ராப்தேந ஸந்துஷ்யதாம்** என்று நல்வழி காட்டுகிறார்.

ருசிக்காகச் சாப்பிடும்போதுதான் அமித போஜனம் ஆகிறது. பசி என்று ஒன்றை வைத்து விட்டான்; அதைத் தீர்த்துத் தொலைத்துக் கொள்ளத்தான் வேண்டியிருக்கிறது என்பதற்காகவே சாப்பிடும்போது அளவு மீற மாட்டோம். அஜீர்ணம், மனஸுக்கு அசுத்தி இரண்டையும் வரவழைத்துக் கொள்ளாமலிருப்போம்!



காலத்தைப் பொறுத்து நியமம்

பதார்த்த சுத்தியில் இன்னொரு விஷயம். காலத்தைப் பொறுத்து ஸாத்விகப் பதார்த்தங்களில் சிலதையே சில காலங்களில் தள்ளச் சொல்லி விதித்திருக்கிறது. பால், தயிர் இரண்டும் ஸாத்விகம்தான். ஆனாலும் ராத்திரி வேளையில் தயிர் போட்டுக் கொள்ளக் கூடாது; மோராகப் பண்ணிச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். மத்யானத்தில் வெறும் பால் சாப்பிடக் கூடாது.

மற்ற நாட்களில், சேர்த்துக் கொள்ளும் அனேகப் பதார்த்தங்களை, கடலைப்பருப்பு, துவரம்பருப்பு வெண்டைக்காய், பூசணிக்காய் போன்ற தப்பில்லாத வஸ்துக்களையே சிராத்த போஜனத்தில் தள்ளுபடியாக வைத்திருக்கிறது. அன்று பாகற்காயிலேயே நீளப் பாகல்தான் சேர்க்கலாமே தவிர, மிதி பாகல்

★ 'ஸாதன பஞ்சகம்' என்றும் 'ஸோபன பஞ்சகம்' என்றும் வழங்கும் கிரந்தத்தில் (உபதேசப் பாடலில்).

உதவாது.

இப்படியே சாதுர்மாஸ்யத்துக்கென்று சில போஜன நியமங்கள்.

சாதுர்மாஸ்யம் என்று நாலு மாஸங்கள். அந்த நாலு மாஸத்தைப் பற்றிச் சொல்ல வேண்டுமானால் 'ஸௌரமானம்', 'சாந்த்ரமானம்' என்ற இரண்டுவிதப் பஞ்சாங்கங்களைப் பற்றியும் சொல்ல வேண்டும். ஸூர்யகதியைப் பொறுத்தது, ஸௌரமான மாஸம். தமிழ்நாட்டில் அனுஷ்டிக்கப்படுவது இதுதான். இதன்படி, ஸூர்யன் மேஷம், ரிஷபம் முதலான பன்னிரண்டு ராசிகளில் என்றைக்குப் பிரவேசிக்கிறானோ அன்றைக்கு சித்திரை, வைகாசி முதலான பன்னிரண்டு மாதங்கள் பிறக்கும். மறுபடியும் ஸூர்யன் மேஷப் பிரவேசம் பண்ணுவதே அடுத்த வருஷப் பிறப்பு. தேசத்தின் மற்ற பெரும்பாலான பகுதிகளில் சந்திரனின் கதியைப் பொறுத்த 'சாந்த்ரமான' மாஸம் பின் பற்றப்படுகிறது.

அமாவாஸ்யை ஆனவுடன் வரும் பிரதமையிலிருந்து அடுத்த அமாவாஸ்யை வரையிலான காலம் ஒரு சாந்த்ரமான மாஸம். இதன்படி நம்முடைய (தமிழ்நாட்டினரின்) பங்குனி அமாவாஸ்யை ஆகி மறுநாள் பிரதமையன்று அவர்களுக்குப் புதுவருஷத்தின் சித்திரை பிறந்துவிடும். 'யுகாதி' என்று அன்று தெலுங்கர், கன்னடஸ்தர் ஆகியோர் கொண்டாடுவார்கள். மலையாளத்தில் தமிழ் வழக்குத்தான். நம்முடையதான ஸூர்யனின் மேஷ ராசிப் பிரவேசத்தைத்தான் அவர்களும் 'விஷு' என்று புதுவருஷமாகக் கொண்டாடுகிறார்கள். ஆனால், அந்த மாஸத்துக்குச் சித்திரை என்று அவர்கள் பேர் சொல்லாமல் 'மேடம்' என்றே சொல்வார்கள். இப்படியே வைகாசியை 'எடவம்' (ரிஷபம்), ஆனியை 'மிதுனம்' என்றெல்லாம் அந்தந்த ராசிப் பெயராலேயே சொல்வார்கள். நாம், சித்திரை, வைகாசி என்றெல்லாம் சொல்லுவது, நம்முடையது ஸௌரமான மாஸமானாலும் எதனாலோ பேர் மட்டும் சாந்திரமானக்காரர்களுடையதையே நாமும் எடுத்துக் கொண்டிருப்பதால்தான். அந்தப் பேர் சித்திரை, வைகாசி முதலிய அந்தந்த மாஸங்களில் பௌர்ணமியன்று சந்திரன் பெரும்பாலும் எந்த

நக்ஷத்ரத்தில் உதிக்கிறதோ அதை வைத்தேயாகும்.★ மலையாளத்தில்தான் ஸௌரமானத்திற்கு ஏற்ப, ஒவ்வொரு மாஸமும் ஸூர்யன் எந்த ராசியில் பிரவேசிக்கிறானோ, அந்தப் பெயரையே மாஸப் பெயராக வைத்திருக்கிறது. ஆனால், அங்கே மேடம் (நம்முடைய சித்திரை) வருஷப் பிறப்பு இல்லை. சிங்கம் என்கிற (நம் ஆவணி) மாஸம்தான் வருஷப் பிறப்பு.

நமக்குச் சித்திரை அமாவாஸ்யை ஆனவுடனேயே சாந்திரமானப்படி வைகாசி பிறந்துவிடும். இப்படியே நம் ஒவ்வொரு அமாவாஸ்யையும் ஆனவுடன் வரும் பிரதமையில் சாந்திரமானத்தின் அடுத்த மாஸம் பிறந்துவிடும். அந்தக் கணக்கின்படி ஒரு வளர்பிறையும், ஒரு தேய்பிறையும் சேர்ந்தால் ஒரு மாஸம். இது வாஸ்தவத்தில் முப்பது நாட்களுக்குக் கொஞ்சம் குறைச்சல். அதனால் சாந்திரமானப்படி பன்னிரண்டு மாஸமும் சேர்ந்து 360 நாள் வராது. ஆனால், நியாயமாக 365 1/4 நாள் சேர்ந்ததுதானே ஒரு வருஷம்? – அதாவது பூமி ஸூர்யனைச் சுற்றி வருவதற்கான காலம்! இந்த வித்யாஸத்தை ஸரிக்கட்டுவதற்காக மூன்று வருஷத்துக்கு ஒருதரம் சாந்திரமானத்தில் 'மலமாஸம்' அல்லது 'அதிக மாஸம்' என்பதாக, பன்னிரண்டுடன் பதின்மூன்றாக இன்னொரு மாஸத்தைச் சேர்த்துக் கொள்வார்கள். அதில் சுப கார்யம் பண்ண மாட்டார்கள்.

'சாதுர்மாஸ்ய'த்தைப் பற்றிச் சொல்வதற்காக இந்த (ஸௌரமான, சாந்த்ரமான)ப் பேச்சு வந்தது. நம்முடைய ஆனி அமாவாஸ்யை ஆனவுடன் சாந்திரமானப்படியான ஆஷாட மாஸம் (ஆடி மாஸம்) பிறந்து விடுகிறது. இந்த ஆஷாட மாஸ சுக்ல பக்ஷ ஏகாதசியன்று க்ஷீராப்திநாதனான பகவான் தூங்க ஆரம்பிக்கிறார். அதைத் தொடர்ந்து வருகிற ச்ராவண (ஆவணி), பாத்ரபத (புரட்டாசி), ஆச்வின (ஐப்பசி) மாஸங்களிலும் தூங்கியபடியே இருந்துவிட்டு, கார்த்திக சுக்லபக்ஷ ஏகாதசியன்று விழித்துக் கொள்கிறார். ஆஷாட ஏகாதசியிலிருந்து கார்த்திக ஏகாதசி வரையிலான

★ அருள் உரை 28-வது புத்தகத்தில் இடம் பெற்றுள்ள மாதப் பெயர்கள் என்ற உரையைப் பார்க்கவும்.

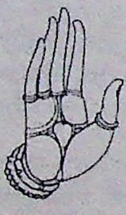
இந்தப் 'பீரியட்'டில் அடங்குகிற நாலு மாஸ காலத்துக்கே சாதுர்மாஸ்யம் என்று பெயர். (ஆஷாட பௌர்ண மாஸ்யைக் குத்தான் வியாஸ பூர்ணிமை என்றும் குரு பூர்ணிமை என்றும் பெயர். பொதுவாக, இந்த வியாஸ பூர்ணிமையிலிருந்துதான் சாதுர்மாஸ்ய விரதம் ஆரம்பிப்பதாக அபிப்ராயமிருக்கிறது. ஸரியாகச் சொன்னால் பூர்ணிமைக்கு முந்தி வரும் த்வாதசி யன்றே அது ஆரம்பித்து விடுகிறது.)

இந்த சாதுர்மாஸ்ய காலத்தில்தான் அனேகமாக முக்கிய மான பண்டிகைகள் எல்லாம் வருகின்றன. கோகுலாஷ்டமி, பிள்ளையார் சதுர்த்தி, நவராத்ரி, தீபாவளி, மஹாஷஷ்டி, கார்த்திகை எல்லாம் இந்த 'பீரியட்'டில் வருபவைதான்; ஆனா லும் தக்ஷிணாயனத்தைச் சேர்ந்த இந்த நாலு மாஸத்தில் கல்யாணம், உபநயனம், கும்பாபிஷேகம் முதலான சுபகாரியங் களைப் பண்ணினால் பலனில்லை. எல்லா ஜனங்களுக்குமான பண்டிகைகள் சாதுர்மாஸ்யத்தில் வந்தாலும் தனி மனுஷ்யர் கள் அல்லது ஆலயம் போலக் குறிப்பிட்ட ஓர் இடம் ஆகிய வற்றுக்கான விழாக்களுக்கு இந்தக் காலம் ஏற்றதில்லை. இந்தக் காலத்தில் அவரவர்களும் நியமமாகப் பூஜை முதலானவற்றைச் செய்துகொண்டு சாதுர்மாஸ்ய வ்ரதம் அனுஷ்டிக்க வேண்டும். இதிலே ஆஹார நியமம் முக்கியம்.

மற்ற காலங்களில் சுத்தமானதாக ஒத்துக் கொள்ளப்படும் ஆஹார பதார்த்தங்களிலும் இந்த நாலு மாஸங்களில் ஒவ் வொரு மாஸமும் ஒவ்வொரு வகையானது தள்ளப்பட்டிருக் கிறது. இதை ஆஷாட த்வாதசியிலிருந்து கார்த்திக த்வாதசி வரையிலான நாலு மாஸமாக வைத்துக் கொள்வது ஒரு வழக்கம். இன்னொரு வழக்கப்படி ஆஷாடத்தை அடுத்து வரும் ச்ராவண மாஸத்தில் ஆரம்பித்து கார்த்திகை முடிய இருக்கும் நாலு மாஸத்தில் அனுஷ்டிக்கும் வழக்கம் ஏற்பட் டிருக்கிறது. ச்ராவண மாஸம் பூராவும் காய்கறிகளே சாப்பிடக் கூடாது. அப்பளாம், வடாம், சுண்டல் மாதிரியானவற்றைத் 'தொட்டுக்கொண்டே' அந்த மாஸத்தைத் தள்ள வேண்டும். குழம்பேகூட புளியும் காய், மிளகாயும் காய் என்பதால் அவை இல்லாமல் மோரையும் இஞ்சியையும் போட்டே செய்ய வேண்டும். பாத்ரபத மாஸம் பூராவும் தயிரும் மோரும் சேர்த்

துக் கொள்ளக் கூடாது. ஆச்வின மாஸம் முழுதும் பால் தள்ளுபடி. கார்த்திகை மாஸத்தில் நெய்யும், உளுந்து துவரை கடலை முதலான எந்தப் பருப்பு தினுஸும் சாப்பிடக் கூடாது. சாதம் அல்லது சப்பாத்தியுடன் வெறுமனே காய்கறிகளை மட்டும் வேக வைத்துச் சாப்பிடலாம்.

மாத்வர்கள்தான் தற்போது ஓரளவு இந்த சாதுர்மாஸ்ய ஆஹார நியமத்தை வைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். தினப்படி அகத்துச் சமையல் இதன்படி செய்யாவிட்டாலும் சாதுர்மாஸ்யத்தில் சிராத்தம் வந்தால் அந்த சிராத்த போஜனத்தில் அவர்கள் சாதுர்மாஸ்ய நியாயப்படி தள்ள வேண்டியதைத் தள்ளிவிடுகிறார்கள். மற்றவர்கள் எதையும் கவனிப்பதில்லை. ஆசார சம்பிரதாயத்தில் வந்துள்ள சன்னியாஸிகள் மட்டும் நியமத்தை அனுஸரிக்கிறோம். ஆனால், ஸன்னியாஸம் வாங்கிக் கொள்வதும் வரவர சாஸ்த்ரப் பிரகாரம் இல்லாமல் எப்படியோ போய்க் கொண்டிருக்கிறது!



உப்பை விலக்குவது

ஏதெது அவசியம் என்று இருக்கின்றனவோ அவற்றையே ஒவ்வொரு ஸமயத்தில் தள்ள வேண்டியதாயிருக்கிறது. க்ருஹஸ்தன் பண்ணியே தீரவேண்டுமென்றிருக்கிற அத்தனை வைதிக கர்மாக்களையுமே ஒரு காலத்தில் தள்ளிவிட்டு ஸன்னியாஸம் வாங்கிக் கொள்ளச் சொல்லியிருக்கிறது! ஜீவிப்பதற்கு அவசியமான ஆஹாரத்தை மந்த்ரபூர்வமாகப் பூஜிப்பதற்கு வழி சொன்ன சாஸ்திரங்களே ஆஹாரத்தைத் தள்ளிவிட்டு உபவாஸமிருக்க வேண்டிய காலங்களையும் சொல்கிறது. முழுக்க ஆஹாரத்தைத் தள்ளாவிட்டாலும் அதில் இன்னின்ன காலத்தில் இன்னின்ன பதார்த்தங்களைத் தள்ள வேண்டுமென்று அனேக விதிகளைச் சொல்கிறது. அதில் சில சொன்னேன்.

இதில் 'அலவணம்' என்று ஒன்று. சாப்பாட்டில் உப்புச் சேர்த்துக்கொள்ளக்கூடாது என்பதே அலவணம்.

'உப்பில்லாப் பண்டம் குப்பையிலே' என்று ஒரு பக்கம் சொல்லிவிட்டு, சில காலத்தில் உப்புகூடாது என்றும் வைத்திருக்கிறது. உணர்ச்சி வேகத்துக்கு உப்பு காரணம். 'மானம், ரோஷம், இல்லே? நீ உப்புப் போட்டுண்டு தின்றதில்லே?' என்று கேட்கிறோமல்லவா? ரொம்பவும் ஆத்ம மார்க்கத்தில் போகும்போது இந்த மானம், ரோஷம், மற்ற உணர்ச்சி வேகமெல்லாம் போகத்தான் வேண்டும். அதனால் ஸன்னியாசி முதலியவர்கள் அலவணமாகச் சாப்பிட வேண்டும். டாக்டர்கள் ஒரு காரணத்துக்காக உப்பு கூடாது என்றால், சாஸ்த்ரமும் ஒரு காரணத்துக்காகத் தள்ளுகிறது. 'வருணஜபம்' முதலான வேத மந்த்ர ஜபங்களின்போது ஜபிக்கிறவர்கள் உப்பு சேர்த்துக் கொண்டால் நிச்சயமாகப் பலன் கிடைக்காமலிருப்பதையும், அதுவே அவர்கள் அலவணமாக இருந்தால் மழை பெய்கிறதையும் இந்தக் காலத்திலும் நிதர்சனமாகப் பார்க்கலாம். முருகன் சம்பந்தப்பட்ட செவ்வாய்க்கிழமை, ஷஷ்டி, கிருத்திகை முதலானவற்றில் குறிப்பாக அலவண நியமம் அனுஷ்டிக்கப்படுகிறது.

பதார்த்த சுத்தியில் ஜெனரலாக இருப்பதைத் தவிர குறிப்பிட்ட காலங்களில் மட்டும் குறிப்பிட்ட பதார்த்தங்கள் விலக்கப்பட்டிருக்கின்றன என்பதற்கு இதெல்லாம் திருஷ்டாந்தம்!



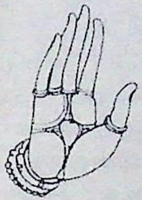
தன் உணவைத் தானே செய்வது

ஆஹாரத்தோடு சம்பந்தப்படுபவர்களின் சுத்தத்தைப் பற்றியும் சொன்னேன். சம்பந்தப்பட்ட விவசாயி, வியாபாரி ஆகியவர்களின் பரிசுத்தத்தை நாம் கவனிக்க முடியாவிட்டாலும், பண்ணிப் போடுபவர்களின் தன்மையை அவசியம் கவனிக்க வேண்டுமென்றேன். இதனால்தான் ஹோட்டல் கூடாது, ஹாஸ்டல் கூடாது என்கிறேன். அகத்திலுங்கூட தாயாரோ, ஸம்ஸாரமோ பண்ணிப் பரிமாறினால் தோஷமில்லை என்று வழக்கமிருந்தாலும், நமக்கு நல்ல ஆத்மாபிவிருத்தி ஏற்பட வேண்டுமானால் சாப்பிடுகிற ஆஹாரம் நன்றாக தெய்வ சம்பந்தமுள்ளதாக இருக்க வேண்டுமாதலால், மற்றவர்கள் எவரும் அப்படித் தெய்வ நினைப்போடுதான் சமைத்துப் போடுவார்கள் என்று நிச்சயமாக வைத்துக்கொள்ள முடியாததை முன்னிட்டு, வேறே யாரையும் எதிர்பார்க்காமல் அவரவரும் தன் சாப்பாட்டைத் தானே தயாரித்துச் சாப்பிட வேண்டுமென்று முடிவாக உத்தரவு போடத்தான் இத்தனையும் சொன்னேன். 'ஸ்வயம் பாகம்' என்பதாக இதை விசேஷித்துச் சொல்லியிருக்கிறது. இந்த ஸ்வயம்பாகத்தை நான் இப்போது முக்யமான topic ஆக எடுத்துக் கொள்ளப் போகிறேன்.

'ஸ்வயம்பாகம்' என்றால் தானே சமைத்துக்கொள்வது என்று அர்த்தம். பாகம் என்றால் சமையல் Paakam என்று உச்சரிக்க வேண்டும்; bhaagam இல்லை.

ஸ்வயம்பாகத்தை விஷயமாக எடுத்துக் கொண்டதில் நான் வழக்கமாகப் பாடும் பாட்டுக்கு வித்யாஸமாகப் பாடப் போகிறேன். வழக்கமான பாட்டு பொம்மனாட்டிகள் காலேஜ், ஆபீஸ் என்று போகாமல் அகத்திலேயே இருந்து சமைத்துப்

போட்டுக் கொண்டிருக்க வேண்டுமென்பது. இப்போது பாடப்போகிற புதுப்பாட்டு, புருஷர்களும் சமைக்கக் கற்றுக் கொண்டு, எல்லாருமே 'ஸ்வயம்பாகி'களாக வேண்டு மென்பது!



அன்னரஸத்தில் திவ்ய ரஸம்

ஸ்வயம்பாகத்தை நான் சொல்கிறதற்குக் காரணங்கள் பல இருக்கின்றன. நாமே சமைத்துக் கொள்ளும்போதுதான் சமைக் கிற நேரம் பூராவும் நாம் தெய்வ ஸம்பந்தமாகவே நாமாவைச் சொல்வது அல்லது ஸ்தோத்திரமோ ஸூக்தமோ சொல்வது என்று வைத்துக் கொண்டு, பதார்த்தத்தினால் ஸாத்விகமாக உள்ள அந்த ஆஹாரம் அதோடு ஸம்பந்தப்படும் மனுஷ்யா ளின் தப்பான எண்ணத்தால் கெட்டுப்போகாமல், மேலும் ஸாத்விகமாக ஆகும்படிச் செய்து கொள்ள முடியும்.

அடுப்பிலே உலை வைத்துவிட்டு அன்னம் பக்வமாகிற வரை அதன் பக்கத்திலேயே நின்று பார்த்துக் கொண்டுதான் இப்படி நாமாவோ ச்லோகமோ சொல்லிக் கொண்டிருக்கணும் என்பதில்லை! அரிசியைக் களைந்து போட்டு விட்டு நாம் பாட்டுக்கு ஜபமோ பாராயணமோ பண்ணிக் கொண்டிருக்க லாம். இந்த ரஸம் தானே அன்னரஸத்தில் சேரும். அப்புறம் கால்மணியோ, அரைமணியோ எப்போது அது பக்குவமா குமோ அப்போது போய் இறக்கி வைத்துக் கொள்ளலாம். ஆனால், 'வெந்திருக்குமோ, வெந்திருக்குமோ?' என்று அதுவே ஜபமாக உட்கார்ந்திருக்கக் கூடாது! ஆரம்பத்தில் அந்த எண்ணம் வந்து கொண்டுதானிருந்தாலும், நாளா வட்டத்தில் தானாக ஒரு 'டயம் ஸென்ஸ்' உண்டாகி, அந்த நினைவு இல் லாமல் கால் மணியோ அரை மணியோ ஜபத்திலேயே கான்ஸென்ட்ரேஷனோடு இருக்க முடியும்.

பதார்த்த சுத்தியும் சமைக்கும்போது பகவத் ஸ்மரணத்தால் உண்டான சுத்தியும் சேர்ந்த ஆஹாரத்தை அப்புறம் பகவானுக்கு நைவேத்யம் பண்ணி இன்னம் சுத்தமானதாக ஆக்க வேண்டும். கடைசியில், சாப்பிடும்போது 'கோவிந்த, கோவிந்த' என்று சொல்லிக் கொண்டே சாப்பிடணும். 'மௌனேன போக்தவ்யம்' - பேசாமலே சாப்பிட வேண்டும் என்பது விதி. 'பேசாமல் என்றால்' 'அதைப்போடு இதைப் போடு' என்காமல், எது இலையில் விழுகிறதோ அதைச் சாப்பிட வேண்டுமென்று அர்த்தம். மனஸுக்குள் கோவிந்த நாமோச்சாரணத்துடன் இப்படிப் போஜனம் பண்ண வேண்டும். கோவிந்த ரஸமாக உள்ளே போகிற அன்னத்தை, அங்கே ஜாடராக்னியாக இருக்கும் அவனே ஜீர்ணித்து தேஹ புஷ்டியோடு சித்த சுத்தியும் அருள்வான். கீதையில் (15.14) இப்படித் தான் சொல்லியிருக்கிறான்:

அஹம் வைச்வாநரோ பூத்வா ப்ராணிநாம் தேஹ-மாச்ரித: ।
ப்ராணாபாந-ஸமாயுக்த: பசாம்-யந்நம் சதுர்விதம் ॥

ஆஹாரம் நாலு விதமானது (அன்னம் சதுர்விதம்). சாதம் போல மென்று சாப்பிடுவது 'காத்யம்.' 'கறுக் முறுக்'கென்று வறுவல் மாதிரிச் சாப்பிடுவது 'சோஷ்யம்.' அப்படியே பஞ்சாமிர்தம் போல், பல்லால் கடிக்க அவச்யமில்லாமல் விழுங்குவது 'லேஹ்யம்'. குடிக்கிறது 'பேயம்'. இந்த நாலையும் வயிற்றிலே உள்ள வைச்வாநர அக்னிதான் ஜீர்ணம் பண்ணுகிறது. ஐந்து பிராணன்களைக் கொண்டு ஜீர்ணித்த ஆஹாரத்தை வைச்வாநர சக்தியானது தேஹம் பூராவுக்கும் அனுப்புகிறது. அந்த ஐந்தில் பொதுவான ச்வாஸமான 'ப்ராண'னையும், கீழே நோக்கிப் போகிற வாயுவான 'அபான'னையும் இங்கே 'ப்ராணாபான' என்கிறார். 'இப்படிப் பிராணிகளின் தேஹத்தில் வைச்வாநரனாக இருப்பது நான்தாண்டா' என்கிறார்.

ப்ராணாஹுதி என்று வேத மந்த்ர அதிகாரமுள்ள எல்லோரும் சாப்பிடுவதற்கு முந்தி, அன்னத்தைச் சுற்றியும் அதன் மேலேயும் தீர்த்தத்தைத் தெளித்து, வ்யாஹ்ருதிகளாலும் காயத்

ரீயாலும் அதைச் சுத்தி செய்த பிறகு, இந்தப் பஞ்சப் பிராணன் களுக்குத்தான் ஆஹுதி பண்ணுகிறார்கள். வெளியிலே அக்னி மூட்டி ஹவிஸ்ஸை ஆஹுதி கொடுப்பது மாதிரிச் சாப்பிடு வதையும் உள்ளேயிருக்கிற அக்னிக்கு ஒரு குட்டி யஜ்ஞமாகவே வேதம் கொடுத்திருக்கிறது.

நமக்கு உள்ளேயிருக்கிற ஈச்வர சக்திதான் இந்த வேளை இந்த ஆஹாரம் நமக்கு லபிக்கும்படியாக அனுக்ரஹம் பண்ணி யிருக்கிறது என்ற நினைப்போடு, இது நம் உடம்பில் ஒட்டும் படியாகவும் சித்தத்தை சுத்தம் பண்ணும்படியாகவும் அதுதான் அருள்புரிய வேண்டும் என்று பிரார்த்திக்கணும் என்பதே தாத்பர்யம்!

நைவேத்யமாவது ஈச்வரனுக்கு; அந்த அன்னமும் ஈச்வரன் தான்; அது விழும் அக்னியும் அவனே; இந்த ஆஹுதி பண்ணு கிறானே; அதாவது சாப்பிடுகிறானே, இவனும் ஈச்வரன்தான்; இதனால் அடைகிற லக்ஷ்யமும் அவனேதான்—ப்ரஹ்மார்பணம் **ப்ரஹ்ம ஹவிர் ப்ரஹ்மாக்நௌ ப்ரஹ்மணா ஹுதம் । ப்ரஹ்மைவ** தேந கந்தவ்யம்★ என்று சாப்பாட்டு விஷயத்தைப் பூராப் பூரா திவ்ய ரஸத்தில் கரைத்துவிட வேண்டும்.

தானே சமைத்துக் கொள்வது என்கிறபோது வேலையைக் குறைத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்று இருக்குமாதலால் பல தினுஸு வ்யஞ்ஜனங்களைப் பண்ணிக் கொள்ளத் தோன்றாது. அதாவது நாக்கு ருசி என்று அமித போஜனம் பண்ணிச் சித்த சுத்தியைக் கெடுத்துக் கொள்ளாமலிருப்போம்.

பகவத் ஸம்பந்தப்படுத்தி நாமாவோடு சமைப்பது நிவேதனம் பண்ணுவது என்கிறபோது மாம்ஸாதிகளையும், மற்ற ராஜஸ — தாமஸ ஆஹாராதிகளையும் பண்ணவே தோன் றாது. அதாவது தன்னால் வெஜிடேரியனிஸமும் இதில் வந்துவிடும். அன்னிய பதார்த்தங்கள் பக்குவமாவதற்கு நிறைய 'டயம்' பிடிக்குமாதலாலும், தானே சமைத்துக் கொள்கிற

★ கீதை 4.24. இச்சுலோகத்தில் ஸ்ரீ பெரியவர்கள் கூறாமல் விட்ட கடைசிப் பாதம் 'ப்ரஹ்ம கர்மா ஸமாதிநா' என்பதாகும்.

வனுக்கு அது வேண்டாமென்று தோன்றிவிடும். தர்ம சாஸ்திரத்தில் அஹிம்சை சொல்லியிருக்கிறது. யோக சாஸ்திரத்திலும் அதையே சொல்லியிருக்கிறது என்பதற்காகவெல்லாம்கூட அதைப் பின்பற்ற முடியாவிட்டாலும், 'தனக்குடயம் ஸேவ் ஆகிறதே; வேலை ஸேவ் ஆகிறதே' என்பதனாலேயே ஸ்வயம்பாக நியமத்தில் வெஜிடேரியனிஸம் அனுஷ்டானத்துக்கு வந்துவிடும்! எப்படி வந்தாலென்ன! அப்புறம் இதுவே தர்மசாஸ்திரத்தில் சொல்லியிருக்கிற சித்த சுத்தியையும் கொடுத்துவிடும்.

ஆஹார தினுஸுகள் (ஸ்வயம்பாகத்தில்) குறைந்து விடுகின்றன என்பதாலேயே செலவும் குறைந்து விடும். அதாவது எகானமிக்கு எகானமி.

இன்னொன்று: இன்னொருத்தர் சமைத்துப் போடுகிறபோது, நாக்கைத் தீட்டி வைத்துக் கொண்டு, 'இது உப்பு, அது உறைப்பு' என்று நோணாவட்டம் சொல்லத் தோன்றுகிறது. இதில் நமக்கும் அதிருப்தி. பண்ணினவர்களுக்கும் மனக்கிலேசம். நாமே செய்து கொண்டால் அந்தச் சமையல் எப்படி இருந்தாலும் தேவாம்ருதமாகத் தோன்றும். சாப்பிடுகிற வேளையில் 'எரிபிரி' என்றில்லாமல் ஸந்தோஷமாக, திருப்தியாக இருக்கும். ஆஹாரம் இதனாலேயே உடம்பில் ஒட்டி சித்தத்திலும் நல்லதைப் பண்ணும்.

பிறத்தியாருடைய மனோபாவம், 'பெர்ஸனல் மாக்னடிசம்' 'ஆரா' என்றெல்லாம் பாரா – சைக்காலஜிக்காரர்களும் சொல்கிற சக்தி சாப்பாட்டின் வழியாகப் பாய்ந்து ஒருத்தனுடைய ஆராவைப் பாதிக்காமல் அவனவனும் தன் கையாலேயே பொங்கிப் போட்டுக் கொண்டு தன் உள்பான்மையைக் காப்பாற்றிக் கொள்ள ஸ்வயம் பாகமே உதவி செய்கிறது.

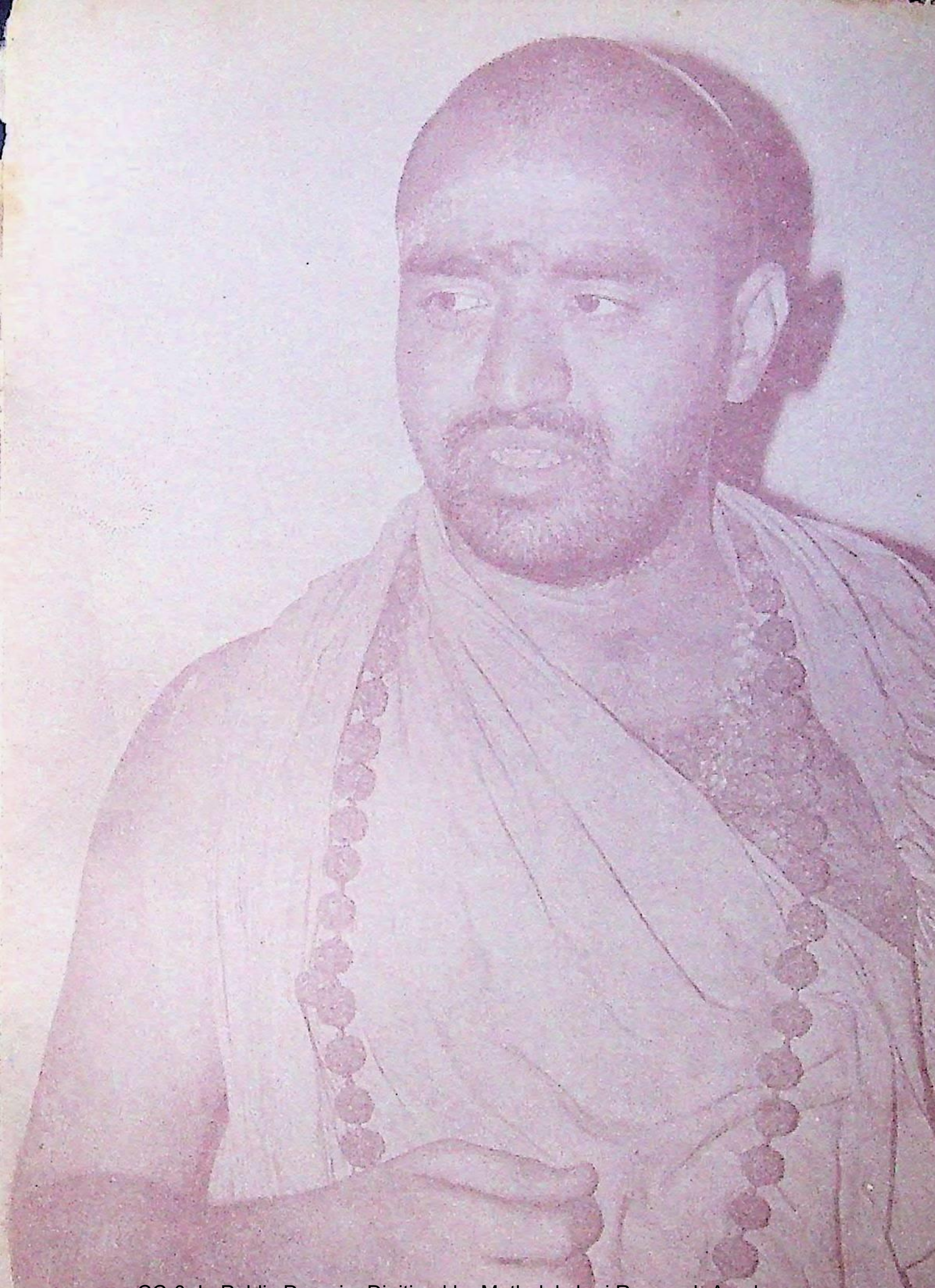
இப்படிப் பல விதத்தில் நன்மை ஏற்படுகிறது. இதெல்லாவற்றோடுங்கூட ஸ்வயம்பாக நியமமானது ஜாதிச் சண்டை சாப்பாட்டிலே வராமலும் பெரிய உபகாரம் பண்ணிவிடும்.

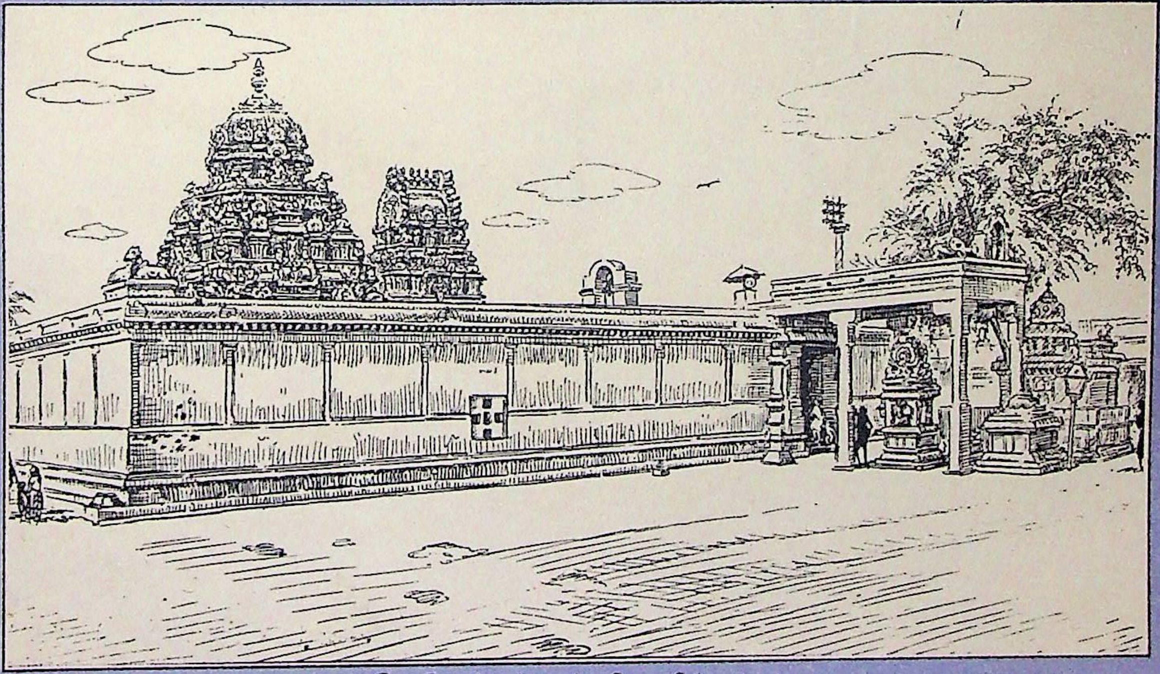
'மேல்ஜாதி – கீழ்ஜாதி; என்ன ஜாதியார், யார் சமைத்ததைச் சாப்பிடலாம், சாப்பிடக் கூடாது' என்கிற பேச்சுக்கே இப்போது இடமில்லாமல் ஆகிவிடுகிறது. எந்த ஜாதிக்காரனா

னாலும் அவனவனும் தன் கையாலேயே பொங்கிப் போட்டுக் கொள்வது; சொந்த மனுஷ்யாள், பத்தினியோ மாதாவோ சமைத்தால்கூடச் சாப்பிடுவதில்லை என்று நியமம் வைத்துக் கொண்டு விட்டபின் மற்றவர்களில் யார் பண்ணிப் போட்டால் சாப்பிடலாம் அல்லது சாப்பிடக் கூடாது என்ற கேள்விக்கே இடமில்லையோல்லியோ? பிறத்தியார் எவர் கைச்சாப்பாடுமே கூடாது என்பதிலே இப்படி ஜாதிச் சண்டைக்கான ஒரு 'பாயிண்ட்' அடிபட்டுப் போவதும் ஒரு கிளைப் பிரயோஜனம்!

அடுத்த புத்தகத்தில்...

ஸமூக, தனிவாழ்க்கை நெறிகள் என்கிற தலைப்பின் கீழ்க் கட்டுரைகள் தொடர்கின்றன.





திருவேட்டீச்வரர் கோயில்